

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

A. Prosedur dan Hasil Penelitian

1. Keadaan Sekolah

SMK Negeri 2 Kota Bengkulu merupakan salah satu sekolah menengah kejuruan yang beralamatkan di jalan Batang Hari nomor 2 Padang Harapan kota Bengkulu. Guru dan siswa nya yang ramah-tamah, ditambah dengan suasana sekolah yang sejuk menumbuhkan rasa kekerabatan yang sangat erat. Sarana dan prasarana sudah sangat memadai, termasuk dibidang olahraga cabang bola voli. Namun masih banyak siswa yang belum menguasai tehnik dasar permainan bola voli khususnya *passing* bawah, sehingga peneliti dituntut untuk meningkatkan keterampilan *passing* bawah bola voli melalui penelitian ini.

Dalam penelitian ini yang akan diteliti adalah siswa kelas X TO 4 berjumlah 32 siswa. Dilaksanakan satu kali pertemuan disetiap minggunya, siklus pertama 3 kali pertemuan dan di rencanakan pada tanggal 18 Maret 2014 dimulai dengan pra siklus. Lokasi penelitian yaitu lapangan bola voli SMK Negeri 2 Kota Bengkulu dan dilaksanakan pada jam mata pelajaran penjaskes.

2. Prosedur penelitian

Pada bagian ini setelah dilakukan rangkaian proses penelitian, selanjutnya peneliti akan menyajikan hasil penelitian antara lain :

- a. Berkaitan dengan proses penelitian dalam bentuk siklus-siklus penelitian.
- b. Menyajikan deskripsi data-data hasil penelitian.

3. Proses dan temuan dalam siklus-siklus penelitian

a. Pra siklus

Sebelum melakukan tindakan kelas, peneliti terlebih dahulu melakukan tes awal. Tes ini dilakukan untuk mengetahui sejauh mana tingkat keberhasilan siswa dalam melakukan teknik *passing* bawah bola voli, sebelum dilakukan pembelajaran menggunakan latihan lempar tangkap bola voli. Dari tes awal yang telah dilakukan menunjukkan bahwa siswa belum menguasai keterampilan *passing* bawah bola voli. Para siswa hanya memperoleh rata-rata 19,68 kali pantulan ke dinding dengan nilai rata-rata 69,53 (kategori kurang) pada saat melakukan tes awal (data dilampiran 4).

Berdasarkan pengamatan dalam pengambilan data awal tersebut, menunjukkan bahwa keterampilan *passing* bawah siswa perlu mendapatkan bimbingan yang efektif untuk mencapai hasil belajar yang lebih baik. Rendahnya tingkat keberhasilan siswa pada saat melakukan gerakan *passing* bawah, dikarenakan kurangnya penguasaan teknik dasar yang benar sehingga siswa kesulitan pada saat melakukan gerakan *passing* bawah. Selain itu, kecenderungan guru hanya memberikan penjelasan secara teori dibandingkan praktek (demonstrasi) secara langsung pada saat materi pembelajaran diberikan, membuat siswa kesulitan dan kurang termotivasi untuk melakukan gerakan yang di ajarkan. Berdasarkan hal tersebut, peneliti merasa perlu adanya suatu tindakan perbaikan pembelajaran menggunakan jenis latihan lempar tangkap bola voli yang di sajikan secara sistematis dalam siklus tertentu.

Tabel 4.1
Lembar Hasil Pengamatan *Passing* Bawah Bola Voli (pra siklus)

Kriteria	Frekuensi	Presentasi (%)
Baik Sekali	0	0
Baik	0	0
Cukup	18	56,2
Kurang	14	43,7
Kurang Sekali	0	0
Jumlah	32	100

(Data dilampiran 3).

Hasil pengamatan terhadap teknik *passing* bawah bola voli di dapatkan hasil rata-rata 4,65 (kategori kurang), dengan rincian 56,2% (18 siswa dengan kategori cukup) dan 43,7% (14 siswa dengan kategori kurang), dikarenakan :

- 1) Siswa pada tahap persiapan masih kurang baik dalam bergerak kearah datangnya bola, tangan masih banyak bengkok pada saat melakukan gerakan *passing* bawah dan belum bisa mengkoordinasikan anggota tubuh baik bahu, lengan, kaki dan pinggang.
- 2) Tahap pelaksanaan dan gerakan lanjutan siswa kurang mengerti cara menggenggam tangan serta siswa belum bisa mengarahkan bola ke sasaran.

Tabel 4.2
Lembar Hasil Tes Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli (pra siklus)

Kriteria	Frekuensi	Presentasi (%)
Baik Sekali	0	0
Baik	0	0
Cukup	2	6,25
Kurang	25	78,12
Kurang Sekali	5	15,62
Jumlah	32	100%

(Data terlampir di lampiran 4)

Hasil tes keterampilan *passing* bawah bola voli di dapatkan hasil rata-rata 19,68 kali pantulan ke dinding dengan rata-rata nilai 69,53 (kategori kurang), dengan rincian 6,25% (2 siswa kategori cukup), 78,12% (25 siswa kategori kurang) dan 15,62% (5 siswa kategori kurang sekali), dikarenakan :

- 1) Pada tahap persiapan masih kurang baik, siswa tidak berhadapan dengan bola pada saat melakukan gerakan *passing* bawah.
- 2) Pada tahap pelaksanaan tidak adanya koordinasi antar tubuh, bahu, lengan, kaki dan pinggang, sedangkan pada gerakan lanjutan sentuhan bola sering mengenai satu tangan dan dada, sehingga siswa sulit mengarahkan bola ke petak sasaran dengan tepat.

b. Siklus Pertama

1) Perencanaan (*Planning*)

Berdasarkan hasil pengamatan, maka pada tahap perencanaan peneliti berdiskusi dengan guru olahraga dan teman sejawat mengenai kegiatan yang akan dilaksanakan yaitu :

- a) Pembuatan rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) dengan menerapkan latihan lempar tangkap bola voli pada siswa kelas X TO 4 SMK Negeri 2 Kota Bengkulu.
- b) Peneliti mempelajari materi yang akan diajarkan dan mengumpulkan serta mengorganisir sumber-sumber yang berkaitan dengan materi yang akan diajarkan yaitu teknik dasar *passing* bawah bola voli.

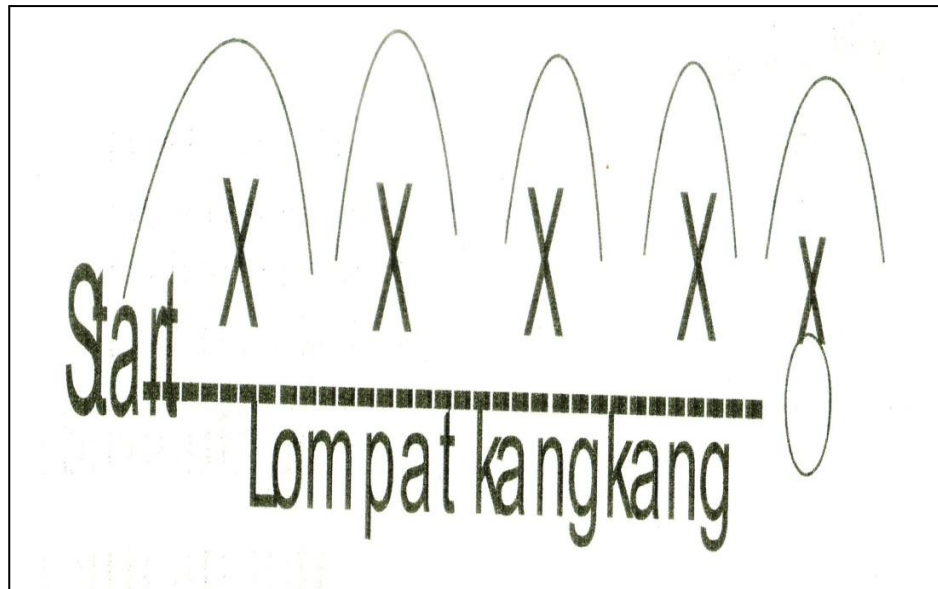
Pembelajaran siklus pertama di sajikan dalam 3 kali pertemuan sesuai dengan mata pelajaran penjas kes di sekolah.

2) Tindakan (*acting*)

Pelaksanaan tindakan siklus pertama dalam bentuk pembelajaran *passing* bawah melalui latihan lempar tangkap bola voli dalam 3 pertemuan yang dilaksanakan pada jam pelajaran penjas kes di kelas X TO 4, dengan sub pokok pembelajaran meningkatkan *passing* bawah melalui latihan lempar tangkap bola voli, adapun tahap pelaksanaan pembelajaran *passing* bawah bola voli sebagai berikut :

- (1) Pertemuan pertama : Selasa, 25 Maret 2014 jam pelajaran ke 1-2 (07.30-09.00) guru membuka pelajaran dan menjelaskan materi pembelajaran dengan langkah-langkah :
 - (a) Berbaris dan berdoa.
 - (b) Peregangan pada otot-otot tertentu.
 - (c) Kemudian menyajikan pembelajaran yang menerapkan langkah-langkah *passing* bawah dengan latihan lempar tangkap bola voli, guru mendemonstrasikan teknik *passing* bawah dan latihan lempar tangkap bola voli.
 - (d) Selanjutnya memberikan siswa waktu untuk latihan dengan teknik khusus *passing* bawah bola voli, pada pertemuan pertama ada 2 jenis latihan yang diterapkan yaitu latihan melempar bola melewati bawah kaki teman kemudian lompat kankang dan latihan bermain bola voli sebenarnya.

Gambar 4.1
Formasi melempar bola melewati kaki teman kemudian lompat kangkang



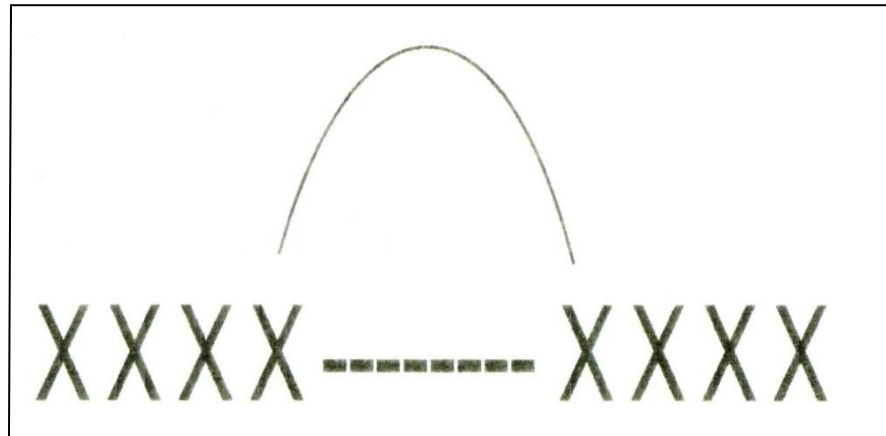
Sujarwo, S.Pd.,Jas.M.Or (2010)

(2) Pertemuan kedua: Selasa, 1 April 2014 jam pelajaran ke 1-2 (07.30-09.00) guru membuka pelajaran dengan langkah-langkah :

- (a) Berdoa.
- (b) Pemanasan.
- (c) Menjelaskan sedikit materi pada pertemuan sebelumnya.
- (d) Menyajikan pembelajaran yang menerapkan langkah-langkah *passing* bawah dengan latihan lempar tangkap bola voli, guru mendemonstrasikan teknik *passing* bawah dan latihan lempar tangkap bola voli.

Di pertemuan kedua ini, 2 jenis latihan yang diterapkan yaitu Latihan lempar tangkap dengan posisi siap untuk menerima bola dan latihan bermain bola voli sebenarnya.

Gambar 4.2
Formasi Lempar tangkap dengan posisi siap untuk menerima bola



Sujarwo, S.Pd.,Jas.M.Or (2010)

(3) Pertemuan ketiga : Selasa, 8 April 2014 jam pelajaran ke 1-2 (07.30-09.00) guru membuka pelajaran dengan langkah-langkah :

- (a) Berdoa.
- (b) Pemanasan.
- (c) Mengingat kembali para siswa tentang materi-materi sebelumnya.
- (d) Melaksanakan tes keterampilan *passing* bawah siklus pertama, guru terlebih dahulu mendemonstrasikan cara pelaksanaan tes *passing* bawah ke dinding/tembok.

3) Pengamatan (observasi)

Observasi pelaksanaan tindakan 1 dilakukan oleh guru pengamat. Aktivitas yang dilakukan adalah mengamati aktivitas siswa dalam pelaksanaan pembelajaran meningkatkan *passing* bawah melalui latihan lempar tangkap bola voli. Observasi dilakukan dengan lembar observasi rangkuman hasil observasi siklus 1 adalah sebagai berikut :

- a) Hasil observasi Selasa, 25 maret 2014 oleh guru pengamat aktivitas siswa pada waktu pembelajaran berlangsung menunjukkan bahwa :
- 1) Masih ada beberapa siswa yang datang terlambat ke lapangan.
 - 2) Siswa tidak fokus memperhatikan gerakan yang didemonstrasikan oleh guru.
 - 3) Banyak siswa yang bingung dan ragu-ragu pada saat melakukan gerakan *passing* bawah. Untuk itu, para siswa diberikan pembelajaran gerakan *passing* bawah dengan latihan lempar tangkap bola voli secara bertahap.
- b) Hasil observasi Selasa, 1 april 2014 oleh guru pengamat aktivitas siswa pada waktu pembelajaran berlangsung menunjukkan bahwa :
- 1) Semua siswa datang ke lapangan tepat waktu.
 - 2) Beberapa siswa tidak serius pada saat pemanasan.
 - 3) Masih banyak siswa yang ragu-ragu pada saat melakukan gerakan *passing* bawah.
 - 4) Masih banyak siswa yang kurang aktif mengikuti pada saat latihan diterapkan, tetapi suasana pembelajaran lebih tenang dari pertemuan sebelumnya.
- c) Hasil observasi Selasa, 8 april 2014 pada saat pelaksanaan tes keterampilan *passing* bawah, para siswa kelihatan ragu-ragu dan bingung melakukan gerakan. Kemudian guru mendemonstrasikan cara melakukan tes *passing* bawah ke dinding/tembok sehingga siswa tertib melakukan tes *passing* bawah bola voli. Hasil observasi teknik

passing bawah siklus pertama di dapatkan hasil rata-rata 6,59% (kategori cukup), dengan rincian 15,6% (5 siswa kategori baik) dan 84,3% (27 siswa kategori cukup), dikarenakan :

- 1) Siswa pada tahap persiapan sudah baik pada saat bergerak ke arah bola, mengikuti arah bola dan posisi bahu terbuka lebar.
- 2) Pada tahap pelaksanaan, perkenaan bola pada saat siswa *passing* bawah sudah tepat, walaupun pergerakan menerima bola masih terlihat kaku.
- 3) Pada gerakan lanjutan, siswa sudah mulai bisa mengarahkan bola ke sasaran dan meluruskan tangan pada saat *passing* bawah.

Tabel 4.3

Lembar Hasil Pengamatan *Passing* Bawah Bola Voli (siklus 1)

Kriteria	Frekuensi	Presentasi (%)
Baik Sekali	0	0
Baik	5	15,6
Cukup	27	84,3
Kurang	0	0
Kurang Sekali	0	0
Jumlah	32	100

(Data dilampiran 5)

Tabel 4.4

Lembar Hasil Tes Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli (siklus 1)

Kriteria	Frekuensi	Presentasi (%)
Baik Sekali	0	0
Baik	3	9,37
Cukup	22	68,75
Kurang	7	21,8
Kurang Sekali	0	0
Jumlah	32	100

(Data dilampiran 6)

Berdasarkan tabel 4.4 hasil tes keterampilan *passing* bawah bola voli pada tes siklus pertama didapatkan rata-rata 36,68 kali pantulan ke dinding dengan nilai rata-rata 74,37 (kategori cukup). Rincian keterampilan yang diperoleh siswa pada saat tes siklus pertama adalah 9,37% (3 siswa kategori baik), 68,75% (22 siswa kategori cukup) dan 21,8 % (7 siswa kategori kurang). Sedangkan sebelum diterapkan latihan lempar tangkap bola voli diketahui nilai rata-rata siswa hanya 69,53 (kategori kurang). Peningkatan terlihat bahwa adanya kategori keterampilan yang membaik, berkurangnya kategori kurang dan tidak ada lagi kategori kurang sekali.

Tabel 4.5
Hasil Rekapitulasi Pengamatan Aktivitas Guru dan Siswa siklus I

Pertemuan	Guru		Siswa	
	Nilai	Kriteria	Nilai	Kriteria
1	7	Baik	6	Cukup
2	8	Baik	7	Cukup
3	9	Baik	8	Baik
Jumlah	24		21	
Rata-rata	8	Baik	7	Cukup

4) Refleksi Siklus Pertama

Pada siklus pertama disajikan dua kali tindakan dalam tiga kali pertemuan pembelajaran. Secara umum tindakan telah dilaksanakan sesuai dengan perencanaan, tetapi temuan hasil observasi menunjukkan bahwa, sangat diperlukan keseriusan para siswa dan motivasi dari guru, agar siswa tidak ragu-ragu dan mengalami kesulitan pada saat melakukan gerakan *passing* bawah. Sehingga pembelajaran *passing* bawah dengan latihan lempar tangkap bola voli dapat diterapkan dengan baik.

Berdasarkan temuan hasil observasi pada siklus pertama, terlihat adanya peningkatan bila dibandingkan dengan hasil sebelumnya yang tidak diberikan tindakan, walaupun hasil tersebut belum mencapai sasaran yang diharapkan. Oleh karena itu, perlu adanya perencanaan dan tindakan pada siklus kedua oleh guru penjaskes.

c. Siklus Kedua

1) Perencanaan (*planning*)

Untuk mengatasi permasalahan yang belum tercapai pada siklus pertama maka disusun rencana tindakan II yaitu :

- a) Guru dan peneliti merancang dan menyusun rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) untuk pertemuan selanjutnya.
- b) Guru membuat kelompok siswa yang perlu mendapatkan bantuan atau perlakuan khusus.
- c) Guru menyiapkan strategi yang lebih menarik agar pembelajaran lebih efektif.
- d) Guru mengadakan pendekatan kepada siswa yang perlu mendapatkan bimbingan. Siklus kedua direncanakan tiga kali pertemuan, dua kali pertemuan pada jam pelajaran penjaskes dan satu kali pertemuan diluar jam sekolah (jam sore).

2) Tindakan (*Acting*)

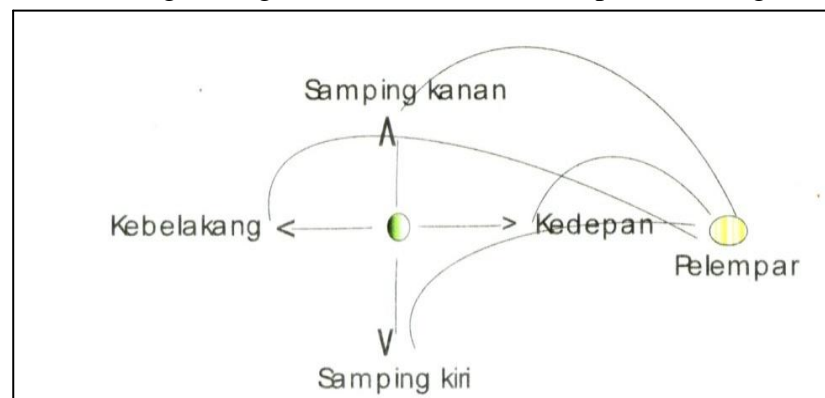
Pelaksanaan tindakan siklus kedua dalam bentuk pembelajaran *passing* bawah melalui latihan lempar tangkap bola voli, dilaksanakan tiga kali

pertemuan pada jam pelajaran penjaskes kelas X TO 4 dan sub pembahasannya yaitu tentang materi *passing* bawah melalui latihan lempar tangkap bola voli.

a) Pertemuan pertama : Sabtu 19 April 2014 pukul 15.30-17.00 WIB, dikarenakan pada tanggal 15 April 2014 kelas XII ujian akhir nasional, saya berinisiatif menggantikan jam pelajaran pada hari sabtu sore, saya telah meminta izin ke pihak sekolah termasuk guru olahraga yang bersangkutan dan diperbolehkan. Guru membuka dan menjelaskan materi pelajaran dengan langkah-langkah :

- 1) Berbaris dan berdoa.
- 2) Bersama-sama melakukan pemanasan.
- 3) Membagi siswa menjadi empat kelompok atau lebih.
- 4) Mendemonstrasikan dan menjelaskan cara melakukan gerakan *passing* bawah dengan latihan lempar tangkap. Setiap kelompok ada satu siswa yang bertugas melemparkan bola, dan siswa yang lain bertugas menangkap atau menerima bola secara bergantian.

Gambar 4.3
Formasi Latihan lempar tangkap
dengan bergeser ke kanan-kiri dan depan-belakang



Sujarwo, S.Pd.,Jas.M.Or (2010)

b) Pertemuan kedua : Selasa 22 April 2014 jam pelajaran ke 1-2 (07.30-09.00) guru membuka dan menjelaskan materi pelajaran dengan langkah-langkah :

- 1) Berbaris dan berdoa.
- 2) Bersama-sama melakukan pemanasan.
- 3) Kemudian guru mendemonstrasikan dan menjelaskan cara melakukan gerakan *passing* bawah dengan latihan lempar tangkap.
- 4) Siswa dibagi menjadi 6 kelompok, setiap kelompok terdiri dari enam orang siswa. Pada latihan ini, siswa diperbolehkan bermain bola voli dengan peraturan yang berbeda dari permainan bola voli sesungguhnya. Siswa harus bermain bola voli dengan tiga kali sentuhan dan hanya boleh melakukan gerakan *passing* bawah. Dilakukan secara bergantian dengan kelompok yang lain.

Gambar 4.4

Latihan bermain lempar tangkap bola voli tiga kali sentuhan



Sujarwo, S.Pd.,Jas.M.Or (2010)

c) Pertemuan ketiga : Selasa 29 April 2014 jam pelajaran ke 1-2 (07.30-09.00) guru membuka pelajaran dengan langkah-langkah :

- (a) Berdoa.
- (b) Pemanasan.
- (c) Mengingat kembali para siswa tentang materi-materi sebelumnya.
- (d) Melaksanakan tes keterampilan *passing* bawah siklus kedua, guru terlebih dahulu mendemonstrasikan cara pelaksanaan tes *passing* bawah ke dinding/tembok.

3) Pengamatan (observasi)

Observasi pelaksanaan tindakan II dilakukan oleh guru pengamat. Aktivitas yang dilakukan adalah mengamati aktivitas siswa dalam pelaksanaan pembelajaran meningkatkan *passing* bawah melalui latihan lempar tangkap bola voli. Observasi dilakukan dengan lembar observasi rangkuman hasil observasi siklus II adalah sebagai berikut :

- a) Hasil observasi Sabtu, 19 april 2014 oleh guru pengamat aktivitas siswa pada waktu pembelajaran berlangsung menunjukkan bahwa :
 - 1) Semua siswa datang ke lapangan tepat waktu.
 - 2) Siswa lebih fokus memperhatikan gerakan yang didemonstrasikan oleh guru.
 - 3) Banyak siswa yang mulai berani mencoba melakukan gerakan *passing* bawah.

b) Hasil observasi Selasa, 22 april 2014 oleh guru pengamat aktivitas siswa pada waktu pembelajaran berlangsung menunjukkan bahwa :

- 1) Semua siswa datang ke lapangan tepat waktu.
- 2) Semua siswa terlihat serius pada saat pemanasan.
- 3) Semua siswa aktif pada saat melakukan gerakan *passing* bawah.
- 4) Para siswa sangat antusias mengikuti pada saat latihan diterapkan dan suasana pembelajaranpun lebih tenang.

c) Hasil observasi Selasa, 29 april 2014 pada saat pelaksanaan tes keterampilan *passing* bawah, para siswa kelihatan yakin dan berani melakukan gerakan. Kemudian guru mendemonstrasikan cara melakukan tes *passing* bawah ke dinding/tembok sehingga siswa tertib melakukan tes *passing* bawah bola voli. Hasil observasi pengamatan *passing* bawah bola voli siklus kedua di dapatkan hasil rata-rata 7,84 (kategori baik), dengan rincian 75% (24 siswa kategori baik) dan 25% (8 siswa kategori cukup), dikarenakan :

- 1) Pada tahap persiapan, siswa sudah bergerak kearah datangnya bola dengan baik.
- 2) Pada tahap pelaksanaan perkenaan bola pada saat siswa *passing* bawah sudah tepat.
- 3) Pada gerakan lanjutan gerakan siswa tidak lagi terlihat kaku dan sudah mulai tepat mengenai sasaran *passing*.

Tabel 4.6
Lembar Hasil Pengamatan *Passing* Bawah Bola Voli (siklus II)

Kriteria	Frekuensi	Presentasi (%)
Baik Sekali	0	0
Baik	24	75
Cukup	8	25
Kurang	0	0
Kurang Sekali	0	0
Jumlah	32	100

(Data dilampiran 7)

Tabel 4.7
Lembar Hasil Tes Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli (siklus II)

Kriteria	Frekuensi	Presentasi (%)
Baik Sekali	0	0
Baik	19	59,37
Cukup	13	40,62
Kurang	0	0
Kurang Sekali	0	0
Jumlah	32	100

(Data dilampiran 8)

Berdasarkan tabel 4.7 hasil tes keterampilan *passing* bawah bola voli didapatkan rata-rata 43,56 kali pantulan ke dinding dengan rata-rata 77,81 (kategori baik). Rinciannya : 59,37% (19 siswa kategori baik) dan 40,62% (13 siswa kategori cukup). Sedangkan pada siklus pertama, penerapan latihan lempar tangkap bola voli didapatkan nilai rata-rata 74,37 (kategori cukup). Peningkatan keterampilan siswa terlihat dari kategori baik yang mencapai 75 % dan selebihnya berkategori cukup, sedangkan untuk kategori kurang dan kurang sekali tidak ada lagi.

Tabel 4.8
Hasil Rekapitulasi
Pengamatan Aktivitas Guru dan Siswa siklus kedua

Pertemuan	Guru		Siswa	
	Nilai	Kriteria	Nilai	Kriteria
1	9	Baik	8	Baik
2	10	Baik	9	Baik
3	11	Baik	10	Baik
Jumlah	30		27	
Rata-rata	10	Baik	9	Baik

4) Refleksi Siklus Kedua

Pada siklus kedua, tindakan-tindakan sudah menunjukkan pengaruh yang positif terhadap keterampilan *passing* bawah bola voli, siswa juga termotivasi dan berani untuk melakukan gerakan yang di ajarkan. Sikap awal dan gerakan pada saat menerima bola serta melakukan gerakan *passing* bawah sudah lebih baik. Hal tersebut merupakan dampak dari penerapan latihan lempar tangkap bola voli yang bertahap diberikan kepada siswa.

Penyajian latihan lempar tangkap diberikan secara bertahap oleh guru melalui perbaikan-perbaikan mendasar, menyesuaikan dengan kebutuhan siswa sehingga memberikan dampak yang baik terhadap kondisi pembelajaran, yang akhirnya memberikan pengaruh terhadap keberhasilan siswa melakukan gerakan *passing* bawah bola voli.

Walaupun pengaruh pemberian latihan lempar tangkap bola voli sampai pada siklus kedua belum mencapai nilai yang merata dan nilai maksimal, tetapi peningkatan keterampilan sudah cukup baik. Dengan demikian, penelitian ini dapat diselesaikan cukup sampai siklus kedua saja karena keterbatasan waktu dan dana.

a. Deskripsi Hasil Data Penelitian

Pada bagian ini disajikan data-data hasil penelitian yang dilakukan, mulai dari pra siklus, siklus pertama dan siklus kedua. Bentuk data yang disajikan pertama adalah :

- (1) Data nilai keterampilan siswa melakukan *passing* bawah bola voli.
- (2) Lembar pengamatan hasil pembelajaran keterampilan *passing* bawah bola voli serta pengamatan aktivitas siswa dan guru sebagai berikut :

Tabel 4.9
Hasil Rekapitulasi Pengamatan Aktivitas Guru dan Siswa

Siklus	Guru		Siswa	
	Nilai Rata-rata	Kriteria	Nilai Rata-rata	Kriteria
I	8	Baik	7	Cukup
II	10	Baik	9	Baik

Tabel 4.10
Data-Data Rekapitulasi Hasil Pengamatan *Passing* Bawah Bola Voli pra Siklus, Siklus Pertama dan Siklus Kedua.

	Pra Siklus	Kriteria	Siklus Pertama	Kriteria	Siklus Kedua	Kriteria
Rata-rata	4,65	Kurang	6,59	Cukup	7,84	Baik

Tabel 4.11
Data-Data Rekapitulasi Hasil Tes Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli pra Siklus, Siklus Pertama dan Siklus Kedua.

	Pra Siklus	Kriteria	Siklus Pertama	Kriteria	Siklus Kedua	Kriteria
Rata-rata	69,53	Kurang	74,37	Cukup	77,81	Baik

Tabel 4.12
Lembar Frekuensi Proses Penilaian
Hasil Pengamatan *Passing* Bawah Bola Voli

Kriteria	Frekuensi		
	Pra Siklus	Siklus Pertama	Siklus Kedua
Baik Sekali	0	0	0
Baik	0	5	24
Cukup	18	27	8
Kurang	14	0	0
Kurang Sekali	0	0	0
Jumlah	32	32	32

Tabel 4.13
Lembar Presentase Penilaian
Hasil Tes Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli

Kriteria	Presentase (%)		
	Pra Siklus	Siklus Pertama	Siklus Kedua
Baik Sekali	0	0	0
Baik	0	9,37	59,37
Cukup	6,25	68,75	40,62
Kurang	78,12	21,8	0
Kurang Sekali	15,62	0	0
Jumlah	100%	100	100

B. Pembahasan Penelitian

Berdasarkan prosedur penelitian tindakan kelas yang dirancang dan dilaksanakan dengan sistematis dan terencana dengan baik, maka peneliti dapat mengumpulkan data-data penelitian yang merupakan informasi penting hasil penelitian seperti yang disajikan dalam hal penelitian diatas.

Penerapan latihan lempar tangkap bola voli pada pembelajaran *passing* bawah pada penelitian tindakan kelas ini telah memberikan dampak yang positif terhadap peningkatan keterampilan siswa melakukan *passing* bawah bola voli. Informasi yang diperoleh dari pengamatan penelitian terhadap keterampilan *passing* bawah siswa selama pembelajaran dan tes keterampilan, para siswa masih

ragu-ragu dan kurang berani dalam melakukan gerakan sehingga bola tidak tepat sasaran pada saat *passing* bawah bola voli.

Tindakan penelitian pada siklus pertama yang disajikan dalam tiga kali pertemuan dilaksanakan pada jam pelajaran penjaskes, ternyata belum memberikan dampak positif yang menunjukkan adanya peningkatan keterampilan siswa melakukan gerakan *passing* bawah bola voli.

Kendala-kendala yang muncul dalam proses pembelajaran yang dilakukan, diantaranya siswa belum serius melakukan gerakan yang diajarkan, banyak yang terlambat datang dan suasana belajar belum kondusif. Kemauan dan keberanian siswa muncul ketika guru memberikan motivasi dan menjelaskan lagi tentang latihan lempar tangkap bola voli, meskipun belum menunjukkan hasil yang memuaskan.

Melalui diskusi dan pemantapan perencanaan memasuki siklus kedua, mengatasi kelemahan tindakan pada siklus pertama. Dalam tindakan pembelajaran tiga kali pertemuan, pada siklus kedua ini guru berkonsentrasi terhadap penerapan latihan lempar tangkap bola voli yang baik, sehingga siswa dapat mengerti dan mampu melakukan gerakan yang didemonstrasikan oleh guru melalui latihan lempar tangkap bola voli. Pada siklus terakhir ini, kondisi pembelajaran yang disampaikan oleh guru sudah kondusif dan para siswa sangat aktif mengikuti proses pembelajaran yang diberikan oleh guru.

Para siswa terlihat percaya diri dan tidak lagi ragu-ragu pada saat melakukan gerakan *passing* bawah bola voli, hal tersebut dikarenakan penerapan latihan lempar tangkap bola voli yang dilakukan secara berulang-ulang, sehingga

pada saat menerima dan melakukan gerakan *passing* bawah sudah tepat dan baik sehingga bola selalu mengarah kesasaran pembelajaran. Guru pun bisa lebih cekatan pada saat menerapkan latihan lempar tangkap bola voli pada saat proses pembelajaran yang tepat dan efektif.

Tabel 4.14
Peningkatan Hasil Pengamatan *Passing* Bawah Bola Voli
pra-siklus, siklus pertama dan siklus kedua.

No.	Pra-Siklus	Siklus Pertama	Peningkatan pra siklus – Siklus Pertama (%)	Siklus Kedua	Peningkatan Siklus Pertama – Siklus Kedua (%)
1.	4,65	6,59	1,95	7,84	1,25

Tabel 4.15
Peningkatan Hasil Tes Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli
pra-siklus, siklus pertama dan siklus kedua.

Jenis	Pra-Siklus	Siklus Pertama	Peningkatan pra siklus – Siklus Pertama (%)	Siklus Kedua	Peningkatan Siklus Pertama – Siklus Kedua (%)
Rata-rata Nilai	69,53	74,37	4,84	77,81	3,44
Rata-rata Skor pantulan	19,68	36,68	17	43,56	6,88

Berdasarkan tabel 4.14 dan tabel 4.15 terlihat jelas peningkatan hasil pengamatan *passing* bawah bola voli dan hasil tes keterampilan *passing* bawah bola voli pada pra-siklus, siklus pertama dan siklus kedua.

Dapat disimpulkan bahwa penerapan latihan lempar tangkap bola voli pada saat proses pembelajaran penjaskes dapat meningkatkan keterampilan *passing* bawah bola voli siswa kelas X TO 4 SMK Negeri 2 Kota Bengkulu.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Hasil penelitian tes keterampilan *passing* bawah bola voli, untuk hasil pengamatan *passing* bawah bola voli pada pra-siklus didapat rata-rata 4,65 (kategori kurang). Sedangkan hasil tes keterampilan *passing* bawah bola voli rata-rata 19,68 kali pantulan ke dinding dengan nilai rata-rata 69,53 (kategori kurang).

Hasil penelitian tes keterampilan *passing* bawah bola voli, untuk hasil pengamatan *passing* bawah bola voli pada siklus pertama didapat rata-rata 6,59 (kategori cukup). Sedangkan hasil tes keterampilan *passing* bawah bola voli rata-rata 36,68 kali pantulan ke dinding dengan nilai rata-rata 74,37 (kategori cukup). Untuk hasil observasi pengamatan aktivitas guru selama tiga kali pertemuan (perlakuan dan tes) dengan rata-rata 8 (baik), perlakuan pertama mendapat nilai 7 (cukup), perlakuan kedua mendapat nilai 8 (baik) dan tes keterampilan *passing* bawah mendapat nilai 9 (baik) dengan jumlah 24. Hasil observasi pengamatan aktivitas siswa selama tiga kali pertemuan (perlakuan dan tes) dengan rata-rata 7 (cukup), perlakuan pertama mendapat nilai 6 (cukup), perlakuan kedua mendapat nilai 7 (cukup) dan tes keterampilan *passing* bawah mendapat nilai 8 (baik) dengan jumlah 21.

Hasil penelitian tes keterampilan *passing* bawah bola voli, untuk hasil pengamatan *passing* bawah bola voli pada siklus kedua didapat rata-rata 7,84 (kategori baik). Sedangkan hasil tes keterampilan *passing* bawah bola voli rata-rata 43,56 kali pantulan ke dinding dengan nilai 77,81 (kategori baik). Untuk hasil

observasi pengamatan aktivitas guru selama tiga kali pertemuan (perlakuan dan tes) dengan rata-rata 10 (baik), perlakuan pertama mendapat nilai 9 (baik), perlakuan kedua mendapat nilai 10 (baik) dan tes keterampilan *passing* bawah mendapat nilai 11 (baik) dengan jumlah 30. Hasil observasi pengamatan aktivitas siswa selama tiga kali pertemuan (perlakuan dan tes) dengan rata-rata 9 (baik), perlakuan pertama mendapat nilai 8 (baik), perlakuan kedua mendapat nilai 9 (baik) dan tes keterampilan *passing* bawah mendapat nilai 10 (baik) dengan jumlah 27.

Berdasarkan hasil dari penelitian dan analisis data serta pembahasan yang telah diuraikan, maka dalam hal ini peneliti dapat menyimpulkan bahwa, penerapan latihan lempar tangkap bola voli dapat meningkatkan keterampilan *passing* bawah siswa kelas X TO 4 SMK Negeri 2 Kota Bengkulu.

B. Implikasi

Dari penelitian ini, tergambar secara teoritis bahwa penyebab anak menguasai keterampilan *passing* bawah terletak pada faktor kesungguhan dari guru memberikan pembelajaran dan siswa untuk mengikuti proses pembelajaran dengan baik, serta di dorong dengan sarana dan prasarana yang memadai. Dalam artian, agar para siswa dapat menguasai keterampilan *passing* bawah, maka harus ada kerjasama antara guru, siswa dan pihak sekolah dalam memperhatikan kegiatan ekstrakurikuler yang dilakukan oleh siswa.

Penerapan latihan lempar tangkap merupakan salah satu alternatif bagi para siswa untuk dapat menguasai serta melakukan gerakan *passing* bawah

dengan benar. Dengan menerapkan latihan lempar tangkap bola voli, para siswa dapat meningkatkan keterampilan *passing* bawah dalam proses pembelajaran bola voli pada siswa kelas X TO 4 SMK Negeri 2 Kota Bengkulu.

C. Keterbatasan Penelitian

Dalam pelaksanaan penelitian ini, peneliti mendapatkan beberapa keterbatasan selama penelitian berlangsung, diantaranya yaitu kurangnya ketersediaan bola voli yang ada di sekolah. Masih kurangnya pengetahuan siswa akan jenis latihan lempar tangkap bola voli, sehingga peneliti harus lebih aktif untuk menjelaskan dan mendemonstrasikan gerakan-gerakan latihan lempar tangkap kepada siswa pada saat proses pembelajaran berlangsung.

D. Saran

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilaksanakan, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut :

1. Pembelajaran dengan menerapkan latihan lempar tangkap bola voli dapat mempermudah guru penjaskes dalam memberikan praktek pengajaran secara langsung. Sehingga siswa akan lebih aktif dan senang untuk mengikuti proses pembelajaran *passing* bawah bola voli.
2. Pembelajaran dengan menerapkan latihan lempar tangkap bola voli lebih menarik minat siswa untuk belajar, sehingga siswa lebih aktif dan percaya diri untuk melakukan gerakan *passing* bawah bola voli serta para siswa tidak merasa bosan pada saat proses pembelajaran berlangsung.

3. Pembelajaran dengan menerapkan latihan lempar tangkap bola voli dapat memudahkan siswa menguasai cara melakukan gerakan *passing* bawah dan menumbuhkan kekompakkan siswa pada saat bermain bola voli. Selain itu, dapat juga menambah wawasan guru penjasokes untuk menerapkan latihan lempar tangkap bola voli pada saat pembelajaran berlangsung.

DAFTAR PUSTAKA

Aan Setiawan Hutapea. Skripsi (2013) *Peningkatan Keterampilan Servis Atas Dan Bawah Bola Voli Melalui Metode Drill Pada Siswa Kelas VA SD Negeri 7 Bengkulu*. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Bengkulu.

Amung M dan Toto S. (2001) *Pendekatan Keterampilan Taktis Dalam Permainan Bola Voli*, Jakarta : Direktorat Jenderal Olahraga.

Muhajir. (2006). *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Untuk SMU Kelas X*. Jakarta : Erlangga.

Nurhasan (2005). *Penelitian Pembelajaran Penjas*. Jakarta : Erlangga.

Nuril Ahmadi (2007). *Panduan Olahraga Bola Voli*. Surakarta : Era Pustaka Utama.

Sujarwo. (2010). *VolleyBall For All*. Yogyakarta : FIK UNY.

Sugiyono (2012). *metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif*. Bandung : CV Alfabeta.

Suharsimi Arikunto (2006). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta : PT Bumi Aksara

Dari internet :

http://id.wikipedia.org/wiki/Pembelajaran#Pembelajaran_dalam_duniapendidikan
diakses pada hari Minggu, 4 Mei 2014 Pukul 14:52.

<http://www.trigonalworld.com/2013/04/pengertian-latihan-menurut-ahli.html>
diakses pada hari Minggu, 4 Mei 2014.

<http://satyaningdharma.blogspot.com/2014/03/bermain-lempar-tangkap-bola.html>
diakses pada hari Minggu, 4 Mei 2014 Pukul 13:38.

LAMPIRAN

Lampiran 1

Tes Keterampilan *Passing Bawah Bola Voli (Validitas).*

No.	Nama Siswa	X	Nama Siswa	Y	X ²	Y ²	X.Y
1.	AA	7	AG	8	49	64	56
2.	AAG	4	AS	5	16	25	20
3.	AF	5	BA	4	25	16	20

4.	AAS	4	BB	5	16	25	20
5.	BS	6	BF	7	36	49	42
6.	BF	4	BH	5	16	25	20
7.	DP	4	CC	6	16	36	24
8.	DBZ	5	CK	4	25	16	20
9.	EP	4	DV	5	15	25	20
10.	ESP	6	DO	8	36	64	48
11.	FP	4	DW	5	16	25	20
12.	GAR	5	DZA	5	25	25	25
13.	GFJ	4	EN	5	16	25	20
14.	HF	6	EV	8	36	64	48
15.	HW	5	EZ	6	25	36	30
16.	HDP	7	FF	9	49	81	63
17.	MAS	6	FI	8	36	64	48
18.	MBAS	4	MH	5	16	25	20
19.	M	4	MN	5	16	25	20
20.	MI	3	NJ	5	9	25	15
21.	MI	3	SA	6	9	36	18
22.	MIS	6	SU	8	36	64	48
23.	NES	4	TT	5	16	25	20
24.	OWS	4	UF	4	16	16	16
25.	R	5	VW	4	25	16	20
26.	RBP	4	WD	6	16	36	24
27.	RIA	5	WN	5	25	25	25
28.	RV	4	ZA	6	16	36	24
29.	RA	3	ZB	5	9	25	15
30.	RM	6	ZK	7	36	49	42
31.	SS	4		0	16	0	0
32.	YS	6		0	36	0	0
Jumlah		151		149	751	1068	851

$$r_{xy} = \frac{n\sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{[n\sum X^2 - (\sum X)^2] [n\sum y^2 - (\sum y)^2]}}$$

$$r_{xy} = \frac{32 \times 851 - 151 \times 149}{\sqrt{(32 \times 751 - (151)^2) (32 \times 1068 - (149)^2)}}$$

$$= \frac{27232 - 22499}{\sqrt{(2304 - 22801) (34240 - 22201)}}$$

$$\begin{aligned}
 & \sqrt{(24032 - 22801)(34048 - 22201)} \\
 &= \frac{4733}{\sqrt{(1231 \times 11847)}} \\
 &= \frac{4733}{\sqrt{14583657}} \\
 &= \frac{4733}{12075} = \mathbf{0,39} \longrightarrow \text{valid}
 \end{aligned}$$

Berdasarkan hasil uji validitas data siswa kelas X TO 4 SMK N 2 Kota Bengkulu, didapatkan hasil 0,39. Bila dibandingkan dengan interval Koefisien Korelasi Nilai R dari Sugiyono (2012:184) hasil 0,39 tingkat hubungan adalah cukup. Dengan demikian hasil uji validitas tes *passing* bawah bola voli itu yaitu 0,39 Cukup.

Lampiran 2

Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli (Reabilitas).

No.	Nama Siswa	X	Nama Siswa	Y	X ²	Y ²	X.Y
1.	AA	6	AG	7	36	49	42
2.	AAG	5	AS	6	25	36	30
3.	AF	5	BA	4	25	16	20
4.	AAS	4	BB	5	16	25	20
5.	BS	6	BF	7	36	49	42
6.	BF	4	BH	5	16	25	20
7.	DP	4	CC	6	16	36	24
8.	DBZ	5	CK	4	25	16	20
9.	EP	4	DV	5	15	25	20
10.	ESP	6	DO	8	36	64	48
11.	FP	4	DW	5	16	25	20
12.	GAR	5	DZA	5	25	25	25
13.	GFJ	4	EN	5	16	25	20

14.	HF	6	EV	8	36	64	48
15.	HW	5	EZ	6	25	36	30
16.	HDP	7	FF	9	49	81	63
17.	MAS	6	FI	8	36	64	48
18.	MBAS	4	MH	5	16	25	20
19.	M	4	MN	5	16	25	20
20.	MI	3	NJ	5	9	25	15
21.	MI	3	SA	6	9	36	18
22.	MIS	6	SU	8	36	64	48
23.	NES	4	TT	5	16	25	20
24.	OWS	4	UF	4	16	16	16
25.	R	5	VW	4	25	16	20
26.	RBP	4	WD	6	16	36	24
27.	RIA	5	WN	5	25	25	25
28.	RV	4	ZA	6	16	36	24
29.	RA	3	ZB	5	9	25	15
30.	RM	6	ZK	6	36	36	36
31.	SS	4		0	16	0	0
32.	YS	5		0	25	0	0
Jumlah		150		148	736	1051	841

$$\begin{aligned}
 r_{xy} &= \frac{n \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{[n \sum x^2 - (\sum x)^2] [n \sum y^2 - (\sum y)^2]}} \\
 r_{xy} &= \frac{32 \times 841 - 150 \times 148}{\sqrt{(32 \times 736 - (150)^2) (32 \times 1051 - (148)^2)}} \\
 &= \frac{26912 - 22200}{\sqrt{(23552 - 22500) (33632 - 21904)}} \\
 &= \frac{4712}{\sqrt{(1052 \times 11728)}} \\
 &= \frac{4712}{\sqrt{12337856}}
 \end{aligned}$$

$$= \frac{4712}{11099} = \mathbf{0,42} \longrightarrow \text{reabilitas}$$

Berdasarkan hasil uji reabilitas data siswa kelas X TO 4 SMK N 2 Kota Bengkulu, didapatkan hasil 0,42. Bila dibandingkan dengan interval Koefisien Korelasi Nilai R dari Sugiyono (2012:184) hasil 0,42 tingkat hubungan adalah cukup. Dengan demikian hasil uji reabilitas tes *passing* bawah bola voli itu yaitu 0,42 Cukup.

Lampiran 3

Lembar Hasil Pengamatan
Passing Bawah Bola Voli pra-siklus

No	Nama Siswa	Persiapan										Pelaksanaan										Gerakan Lanjutan				Jumlah	Kriteria
		1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0		
1.	AA	√		√		√			√		√		√	√			√		√		√		√		√	4	Kurang
2.	AAG	√		√		√			√		√		√	√			√		√		√		√		√	4	Kurang
3.	AF	√		√		√			√		√		√	√			√		√		√		√		√	4	Kurang
4.	AAS	√		√		√			√		√		√	√			√		√		√		√		√	4	Kurang
5.	BS	√			√	√			√	√		√			√		√		√		√	√			√	5	Cukup
6.	BF	√		√		√			√		√		√	√			√		√		√		√		√	4	Kurang
7.	DP	√			√	√			√	√		√			√		√		√		√	√			√	5	Cukup
8.	DBZ	√			√	√			√	√		√			√		√		√		√	√			√	5	Cukup
9.	EP	√		√		√			√		√		√	√			√		√		√		√		√	4	Kurang
10.	ESP	√			√	√			√	√		√			√		√		√		√	√			√	5	Cukup
11.	FP	√		√		√			√		√		√	√			√		√		√		√		√	4	Kurang
12.	GAR	√		√		√			√		√		√	√			√		√		√		√		√	4	Kurang
13.	GFJ	√		√		√			√		√		√	√			√		√		√		√		√	4	Kurang
14.	HF	√			√	√			√	√		√			√		√		√		√	√			√	5	Cukup
15.	HW	√			√	√			√	√		√			√		√		√		√	√			√	5	Cukup
16.	HDP	√		√		√			√		√		√	√			√		√		√		√		√	4	Kurang
17.	MAS	√			√	√			√	√		√			√		√		√		√	√			√	5	Cukup
18.	MBAS	√			√	√			√	√		√			√		√		√		√	√			√	5	Cukup
19.	M	√			√	√			√	√		√			√		√		√		√	√			√	5	Cukup
20.	MI	√			√	√			√	√		√			√		√		√		√	√			√	5	Cukup
21.	MI	√		√			√		√	√		√			√		√		√		√	√		√		6	Cukup
22.	MIS	√			√	√			√	√		√			√		√		√		√	√			√	5	Cukup
23.	NES	√		√			√		√	√		√			√		√		√		√	√		√		6	Cukup
24.	OVS	√		√			√		√	√		√			√		√		√		√	√		√		6	Cukup
25.	R	√			√	√			√	√		√			√		√		√		√	√			√	5	Cukup

Lampiran 4

Lembar Hasil Tes Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli

No.	Nama Siswa	Pra-Siklus		
		Skor	Nilai	Kriteria
1.	AA	15	65	Kurang Sekali
2.	AAG	17	70	Kurang
3.	AF	34	75	Cukup
4.	AAS	22	70	Kurang
5.	BS	25	70	Kurang
6.	BF	31	75	Cukup
7.	DP	28	70	Kurang
8.	DBZ	27	70	Kurang
9.	EP	26	70	Kurang
10.	ESP	15	65	Kurang Sekali
11.	FP	16	70	Kurang
12.	GAR	17	70	Kurang
13.	GFJ	18	70	Kurang
14.	HF	21	70	Kurang
15.	HW	17	70	Kurang
16.	HDP	15	65	Kurang Sekali
17.	MAS	18	70	Kurang
18.	MBAS	12	65	Kurang Sekali
19.	M	11	65	Kurang Sekali
20.	MI	18	70	Kurang
21.	MI	19	70	Kurang
22.	MIS	21	70	Kurang
23.	NES	19	70	Kurang
24.	OWS	19	70	Kurang
25.	R	21	70	Kurang
26.	RBP	19	70	Kurang
27.	RIA	21	70	Kurang
28.	RV	17	70	Kurang
29.	RA	16	70	Kurang
30.	RM	16	70	Kurang
31.	SS	18	70	Kurang
32.	YS	21	70	Kurang
Jumlah		630	2225	
Rata-rata		19,68	69,53	Kurang

Lampiran 6

Lembar Hasil Tes Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli

No.	Nama Siswa	Siklus Pertama		
		Skor	Nilai	Kriteria
1.	AA	29	70	Kurang
2.	AAG	33	75	Cukup
3.	AF	48	80	Baik
4.	AAS	44	75	Cukup
5.	BS	45	75	Cukup
6.	BF	47	80	Baik
7.	DP	39	75	Cukup
8.	DBZ	47	80	Baik
9.	EP	40	75	Cukup
10.	ESP	38	75	Cukup
11.	FP	37	75	Cukup
12.	GAR	37	75	Cukup
13.	GFJ	40	75	Cukup
14.	HF	43	75	Cukup
15.	HW	38	75	Cukup
16.	HDP	30	70	Kurang
17.	MAS	34	75	Cukup
18.	MBAS	30	70	Kurang
19.	M	28	70	Kurang
20.	MI	35	75	Cukup
21.	MI	38	75	Cukup
22.	MIS	41	75	Cukup
23.	NES	40	75	Cukup
24.	OWS	29	70	Kurang
25.	R	35	75	Cukup
26.	RBP	29	70	Kurang
27.	RIA	34	75	Cukup
28.	RV	33	75	Cukup
29.	RA	28	70	Kurang
30.	RM	31	75	Cukup
31.	SS	34	75	Cukup
32.	YS	40	75	Cukup
Jumlah		1174	2380	
Rata-rata		36,68	74,37	Cukup

Lampiran 8

Lembar Hasil Tes Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli

No.	Nama Siswa	Siklus Kedua		
		Skor	Nilai	Kriteria
1.	AA	31	75	Cukup
2.	AAG	35	75	Cukup
3.	AF	48	80	Baik
4.	AAS	47	80	Baik
5.	BS	48	80	Baik
6.	BF	47	80	Baik
7.	DP	40	75	Cukup
8.	DBZ	47	80	Baik
9.	EP	48	80	Baik
10.	ESP	49	80	Baik
11.	FP	43	75	Cukup
12.	GAR	44	75	Cukup
13.	GFJ	48	80	Baik
14.	HF	44	75	Cukup
15.	HW	47	80	Baik
16.	HDP	39	75	Cukup
17.	MAS	38	75	Cukup
18.	MBAS	41	80	Baik
19.	M	32	75	Cukup
20.	MI	37	75	Cukup
21.	MI	40	75	Cukup
22.	MIS	48	80	Baik
23.	NES	47	80	Baik
24.	OWS	33	75	Cukup
25.	R	47	80	Baik
26.	RBP	49	80	Baik
27.	RIA	47	80	Baik
28.	RV	48	80	Baik
29.	RA	40	75	Cukup
30.	RM	47	80	Baik
31.	SS	47	80	Baik
32.	YS	48	80	Baik
Jumlah		1346	2490	
Rata-rata		43,56	77,81	Baik

Lampiran 9

Data Rekapitulasi Hasil Pengamatan Gerakan *Passing* Bawah
Bola Voli pra-Siklus, Siklus Pertama dan Siklus Kedua.

No.	Nama	Pra-Siklus		Siklus Pertama		Siklus Kedua	
		Nilai	Kriteria	Nilai	Kriteria	Nilai	Kriteria
1.	AA	4	Kurang	6	Cukup	7	Cukup
2.	AAG	4	Kurang	5	Cukup	8	Baik
3.	AF	4	Kurang	6	Cukup	8	Baik
4.	AAS	4	Kurang	7	Cukup	8	Baik
5.	BS	5	Cukup	6	Cukup	7	Cukup
6.	BF	4	Kurang	7	Cukup	8	Baik
7.	DP	5	Cukup	6	Cukup	7	Cukup
8.	DBZ	5	Cukup	7	Cukup	8	Baik
9.	EP	4	Kurang	8	Baik	8	Baik
10.	ESP	5	Cukup	7	Cukup	8	Baik
11.	FP	4	Kurang	8	Baik	9	Baik
12.	GAR	4	Kurang	8	Baik	9	Baik
13.	GFJ	4	Kurang	8	Baik	8	Baik
14.	HF	5	Cukup	7	Cukup	8	Baik
15.	HW	5	Cukup	6	Cukup	8	Baik
16.	HDP	4	Kurang	5	Cukup	7	Cukup
17.	MAS	5	Cukup	6	Cukup	8	Baik
18.	MBAS	5	Cukup	7	Cukup	7	Cukup
19.	M	5	Cukup	5	Cukup	7	Cukup
20.	MI	5	Cukup	5	Cukup	8	Baik
21.	MI	6	Cukup	7	Cukup	9	Baik
22.	MIS	5	Cukup	7	Cukup	8	Baik
23.	NES	6	Cukup	7	Cukup	8	Baik
24.	OWS	6	Cukup	6	Cukup	8	Baik
25.	R	5	Cukup	7	Cukup	8	Baik
26.	RBP	5	Cukup	7	Cukup	8	Baik
27.	RIA	6	Cukup	7	Cukup	7	Cukup
28.	RV	4	Kurang	7	Cukup	7	Cukup
29.	RA	4	Kurang	5	Cukup	8	Baik
30.	RM	6	Cukup	6	Cukup	8	Baik
31.	SS	4	Kurang	7	Cukup	8	Baik
32.	YS	4	Kurang	8	Baik	8	Baik
Jumlah		149		211		251	
Rata-rata		4,65	Kurang	6,59	Cukup	7,84	Baik

Lampiran 10

Data Rekapitulasi Hasil Tes Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli pra-Siklus, Siklus Pertama dan Siklus Kedua.

Nama	Pra-Siklus			Siklus Pertama			Siklus Kedua		
	Skor	Nilai	Kriteria	Skor	Nilai	Kriteria	Skor	Nilai	Kriteria
AA	15	65	Kurang Sekali	29	70	Kurang	31	75	Cukup
AAG	17	70	Kurang	33	75	Cukup	35	75	Cukup
AF	34	75	Cukup	48	80	Baik	48	80	Baik
AAS	22	70	Kurang	44	75	Cukup	47	80	Baik
BS	25	70	Kurang	45	75	Cukup	48	80	Baik
BF	31	75	Cukup	47	80	Baik	47	80	Baik
DP	28	70	Kurang	39	75	Cukup	40	75	Cukup
DBZ	27	70	Kurang	47	80	Baik	47	80	Baik
EP	26	70	Kurang	40	75	Cukup	48	80	Baik
ESP	15	65	Kurang Sekali	38	75	Cukup	49	80	Baik
FP	16	70	Kurang	37	75	Cukup	43	75	Cukup
GAR	17	70	Kurang	37	75	Cukup	44	75	Cukup
GFJ	18	70	Kurang	40	75	Cukup	48	80	Baik
HF	21	70	Kurang	43	75	Cukup	44	75	Cukup
HW	17	70	Kurang	38	75	Cukup	47	80	Baik
HDP	15	65	Kurang Sekali	30	70	Kurang	39	75	Cukup
MAS	18	70	Kurang	34	75	Cukup	38	75	Cukup
MBAS	12	65	Kurang Sekali	30	70	Kurang	41	80	Baik
M	11	65	Kurang Sekali	28	70	Kurang	32	75	Cukup
MI	18	70	Kurang	35	75	Cukup	37	75	Cukup
MI	19	70	Kurang	38	75	Cukup	40	75	Cukup
MIS	21	70	Kurang	41	75	Cukup	48	80	Baik
NES	19	70	Kurang	40	75	Cukup	47	80	Baik
OWS	19	70	Kurang	29	70	Kurang	33	75	Cukup
R	21	70	Kurang	35	75	Cukup	47	80	Baik
RBP	19	70	Kurang	29	70	Kurang	49	80	Baik
RIA	21	70	Kurang	34	75	Cukup	47	80	Baik
RV	17	70	Kurang	33	75	Cukup	48	80	Baik
RA	16	70	Kurang	28	70	Kurang	40	75	Cukup
RM	16	70	Kurang	31	75	Cukup	47	80	Baik
SS	18	70	Kurang	34	75	Cukup	47	80	Baik
YS	21	70	Kurang	40	75	Cukup	48	80	Baik
Jumlah		2225			2380			2490	
Rata-rata		69,5	Kurang		74,3	Cukup		77,8	Baik

Lampiran 11

LEMBAR PENGAMATAN AKTIVITAS SISWA

Tanggal : 25 Maret 2014
 Pukul : 07.30 – 09.00 WIB
 Sub pokok pembahasan : Latihan Lempar Tangkap Bola Voli
 Siklus / pertemuan ke : Pertama / 1
 Berikan penilaian dengan menuliskan (√) pada kolom yang tersedia.

No.	Aspek Yang Diamati	Penilaian	
1.	Pelaksanaan	0	1
	A. Pendahuluan		
	1. Siswa hadir di lapangan tepat waktu	√	
	2. Siswa merespon pembelajaran dengan pengetahuan mereka		√
	3. Siswa memperhatikan penjelasan guru		√
	4. Siswa melakukan pemanasan dengan sungguh-sungguh	√	
	B. Kegiatan Inti		
	5. Siswa memperhatikan penjelasan dan gerakan yang diperagakan oleh guru		√
	6. Siswa berkumpul di kelompok masing-masing		√
	7. Siswa tertib di kelompok masing-masing	√	
	8. Siswa melakukan <i>passing</i> bawah di kelompoknya masing-masing		√
	9. Siswa bertanya	√	
	C. Penutup		
	10. Siswa melakukan pertandingan dengan serius		√
	11. Siswa bertanya tentang pelajaran yang belum di mengerti	√	
	12. Siswa antusias	√	
	Jumlah	6	6

Keterangan : 0 = jika tidak melakukan indikator di atas
 1 = jika melakukan indikator di atas

Pengamat

Dendi Hanata

Lampiran 12

LEMBAR PENGAMATAN AKTIVITAS GURU

Tanggal : 25 Maret 2014
 Pukul : 07.30 – 09.00 WIB
 Sub pokok pembahasan : Latihan Lempar Tangkap Bola Voli
 Siklus / pertemuan ke : Pertama / 1
 Berikan penilaian dengan menuliskan (√) pada kolom yang tersedia.

No.	Aspek Yang Diamati	Penilaian	
		0	1
A.	Pendahuluan		
	1. Penyampaian TPK		√
	2. Memotivasi siswa		√
	3. Menghubungkan pelajaran sekarang dengan pelajaran terdahulu	√	
B.	Kegiatan Inti		
	4. Mengatur siswa dalam kelompok-kelompok belajar		√
	5. Mengawasi setiap kelompok secara bergiliran		√
	6. Memberikan bantuan kepada kelompok yang mengalami kesulitan		√
	7. <i>Game</i> /kuis/resitasi/umpan balik	√	
	8. Mengumumkan pengakuan dan peengarahan	√	
	9. Pengelolaan waktu		√
C.	Suasana Kelas		
	10. Berpusat pada guru	√	
	11. Berpusat pada siswa	√	
	12. Guru antusias		√
Jumlah		5	7

Keterangan : 0 = jika tidak melakukan indikator di atas
 1 = jika melakukan indikator di atas

Pengamat

Fery Ardianto, S.Pd

Lampiran 13

LEMBAR PENGAMATAN AKTIVITAS SISWA

Tanggal : 1 April 2014
 Pukul : 07.30 – 09.00 WIB
 Sub pokok pembahasan : Latihan Lempar Tangkap Bola Voli
 Siklus / pertemuan ke : Pertama / 2
 Berikan penilaian dengan menuliskan (√) pada kolom yang tersedia.

No.	Aspek Yang Diamati	Penilaian	
1.	Pelaksanaan	0	1
	A. Pendahuluan		
	1. Siswa hadir di lapangan tepat waktu		√
	2. Siswa merespon pembelajaran dengan pengetahuan mereka		√
	3. Siswa memperhatikan penjelasan guru		√
	4. Siswa melakukan pemanasan dengan sungguh-sungguh	√	
	B. Kegiatan Inti		
	5. Siswa memperhatikan penjelasan dan gerakan yang diperagakan oleh guru		√
	6. Siswa berkumpul di kelompok masing-masing		√
	7. Siswa tertib di kelompok masing-masing	√	
	8. Siswa melakukan <i>passing</i> bawah di kelompoknya masing-masing		√
	9. Siswa bertanya	√	
	C. Penutup		
	10. Siswa melakukan pertandingan dengan serius		√
	11. Siswa bertanya tentang pelajaran yang belum di mengerti	√	
	12. Siswa antusias	√	
	Jumlah	5	7

Keterangan : 0 = jika tidak melakukan indikator di atas

1 = jika melakukan indikator di atas

Pengamat

Dendi Hanata

Lampiran 14

LEMBAR PENGAMATAN AKTIVITAS GURU

Tanggal : 1 April 2014
 Pukul : 07.30 – 09.00 WIB
 Sub pokok pembahasan : Latihan Lempar Tangkap Bola Voli
 Siklus / pertemuan ke : Pertama / 2
 Berikan penilaian dengan menuliskan (√) pada kolom yang tersedia.

No.	Aspek Yang Diamati	Penilaian	
		0	1
A.	Pendahuluan		
	1. Penyampaian TPK		√
	2. Memotivasi siswa		√
	3. Menghubungkan pelajaran sekarang dengan pelajaran terdahulu		√
B.	Kegiatan Inti		
	4. Mengatur siswa dalam kelompok-kelompok belajar		√
	5. Mengawasi setiap kelompok secara bergiliran		√
	6. Memberikan bantuan kepada kelompok yang mengalami kesulitan		√
	7. <i>Game</i> /kuis/resitasi/umpan balik		√
	8. Mengumumkan pengakuan dan peengarahan	√	
	9. Pengelolaan waktu		√
C.	Suasana Kelas		
	10. Berpusat pada guru	√	
	11. Berpusat pada siswa	√	
	12. Guru antusias	√	
Jumlah		4	8

Keterangan : 0 = jika tidak melakukan indikator di atas

1= jika melakukan indikator di atas

Pengamat

Fery Ardianto, S.Pd

Lampiran 15

LEMBAR PENGAMATAN AKTIVITAS SISWA

Tanggal : 8 April 2014
 Pukul : 07.30 – 09.00 WIB
 Sub pokok pembahasan : Tes Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli
 Siklus / pertemuan ke : Pertama / 3
 Berikan penilaian dengan menuliskan (√) pada kolom yang tersedia.

No.	Aspek Yang Diamati	Penilaian	
1.	Pelaksanaan	0	1
	A. Pendahuluan		
	1. Siswa hadir di lapangan tepat waktu		√
	2. Siswa merespon pembelajaran dengan pengetahuan mereka		√
	3. Siswa memperhatikan penjelasan guru		√
	4. Siswa melakukan pemanasan dengan sungguh-sungguh	√	
	B. Kegiatan Inti		
	5. Siswa memperhatikan penjelasan dan gerakan yang diperagakan oleh guru		√
	6. Siswa berkumpul di kelompok masing-masing		√
	7. Siswa tertib di kelompok masing-masing	√	
	8. Siswa melakukan <i>passing</i> bawah di kelompoknya masing-masing		√
	9. Siswa bertanya	√	
	C. Penutup		
	10. Siswa melakukan pertandingan dengan serius	√	
	11. Siswa bertanya tentang pelajaran yang belum di mengerti		√
	12. Siswa antusias		√
	Jumlah	4	8

Keterangan : 0 = jika tidak melakukan indikator di atas

1 = jika melakukan indikator di atas

Pengamat

Dendi Hanata

Lampiran 16

LEMBAR PENGAMATAN AKTIVITAS GURU

Tanggal : 8 April 2014
 Pukul : 07.30 – 09.00 WIB
 Sub pokok pembahasan : Tes Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli
 Siklus / pertemuan ke : Pertama / 3
 Berikan penilaian dengan menuliskan (√) pada kolom yang tersedia.

No.	Aspek Yang Diamati	Penilaian	
		0	1
A.	Pendahuluan		
	1. Penyampaian TPK		√
	2. Memotivasi siswa		√
	3. Menghubungkan pelajaran sekarang dengan pelajaran terdahulu		√
B.	Kegiatan Inti		
	4. Mengatur siswa dalam kelompok-kelompok belajar		√
	5. Mengawasi setiap kelompok secara bergiliran		√
	6. Memberikan bantuan kepada kelompok yang mengalami kesulitan		√
	7. <i>Game</i> /kuis/resitasi/umpan balik		√
	8. Mengumumkan pengakuan dan peengarahan	√	
	9. Pengelolaan waktu		√
C.	Suasana Kelas		
	10. Berpusat pada guru		√
	11. Berpusat pada siswa	√	
	12. Guru antusias	√	
Jumlah		3	9

Keterangan : 0 = jika tidak melakukan indikator di atas

1= jika melakukan indikator di atas

Pengamat

Fery Ardianto, S.Pd

Lampiran 17

LEMBAR PENGAMATAN AKTIVITAS SISWA

Tanggal : 19 April 2014
 Pukul : 15.30 – 17.00 WIB
 Sub pokok pembahasan : Latihan Lempar Tangkap Bola Voli
 Siklus / pertemuan ke : Kedua / 1
 Berikan penilaian dengan menuliskan (√) pada kolom yang tersedia.

No.	Aspek Yang Diamati	Penilaian	
1.	Pelaksanaan	0	1
	A. Pendahuluan		
	1. Siswa hadir di lapangan tepat waktu		√
	2. Siswa merespon pembelajaran dengan pengetahuan mereka		√
	3. Siswa memperhatikan penjelasan guru		√
	4. Siswa melakukan pemanasan dengan sungguh-sungguh		√
	B. Kegiatan Inti		
	5. Siswa memperhatikan penjelasan dan gerakan yang diperagakan oleh guru		√
	6. Siswa berkumpul di kelompok masing-masing		√
	7. Siswa tertib di kelompok masing-masing	√	
	8. Siswa melakukan <i>passing</i> bawah di kelompoknya masing-masing		√
	9. Siswa bertanya	√	
	C. Penutup		
	10. Siswa melakukan pertandingan dengan serius	√	
	11. Siswa bertanya tentang pelajaran yang belum di mengerti	√	
	12. Siswa antusias		√
	Jumlah	4	8

Keterangan : 0 = jika tidak melakukan indikator di atas

1 = jika melakukan indikator di atas

Pengamat

Dendi Hanata

Lampiran 18

LEMBAR PENGAMATAN AKTIVITAS GURU

Tanggal : 19 April 2014
 Pukul : 15.30 – 17.00 WIB
 Sub pokok pembahasan : Latihan Lempar Tangkap Bola Voli
 Siklus / pertemuan ke : Kedua / 1
 Berikan penilaian dengan menuliskan (√) pada kolom yang tersedia.

No.	Aspek Yang Diamati	Penilaian	
		0	1
A.	Pendahuluan		
	1. Penyampaian TPK		√
	2. Memotivasi siswa		√
	3. Menghubungkan pelajaran sekarang dengan pelajaran terdahulu		√
B.	Kegiatan Inti		
	4. Mengatur siswa dalam kelompok-kelompok belajar		√
	5. Mengawasi setiap kelompok secara bergiliran		√
	6. Memberikan bantuan kepada kelompok yang mengalami kesulitan		√
	7. <i>Game</i> /kuis/resitasi/umpan balik	√	
	8. Mengumumkan pengakuan dan peengarahan	√	
	9. Pengelolaan waktu	√	
C.	Suasana Kelas		
	10. Berpusat pada guru		√
	11. Berpusat pada siswa		√
	12. Guru antusias		√
Jumlah		3	9

Keterangan : 0 = jika tidak melakukan indikator di atas

1= jika melakukan indikator di atas

Pengamat

Fery Ardianto, S.Pd

Lampiran 19

LEMBAR PENGAMATAN AKTIVITAS SISWA

Tanggal : 22 April 2014
 Pukul : 07.30 – 09.00 WIB
 Sub pokok pembahasan : Latihan Lempar Tangkap Bola Voli
 Siklus / pertemuan ke : Kedua / 2
 Berikan penilaian dengan menuliskan (√) pada kolom yang tersedia.

No.	Aspek Yang Diamati	Penilaian	
1.	Pelaksanaan	0	1
	A. Pendahuluan		
	1. Siswa hadir di lapangan tepat waktu		√
	2. Siswa merespon pembelajaran dengan pengetahuan mereka		√
	3. Siswa memperhatikan penjelasan guru		√
	4. Siswa melakukan pemanasan dengan sungguh-sungguh		√
	B. Kegiatan Inti		
	5. Siswa memperhatikan penjelasan dan gerakan yang diperagakan oleh guru		√
	6. Siswa berkumpul di kelompok masing-masing		√
	7. Siswa tertib di kelompok masing-masing	√	
	8. Siswa melakukan <i>passing</i> bawah di kelompoknya masing-masing		√
	9. Siswa bertanya	√	
	C. Penutup		
	10. Siswa melakukan pertandingan dengan serius		√
	11. Siswa bertanya tentang pelajaran yang belum di mengerti	√	
	12. Siswa antusias		√
	Jumlah	3	9

Keterangan : 0 = jika tidak melakukan indikator di atas

1 = jika melakukan indikator di atas

Pengamat

Dendi Hanata

Lampiran 20

LEMBAR PENGAMATAN AKTIVITAS GURU

Tanggal : 22 April 2014
 Pukul : 07.30 – 09.00 WIB
 Sub pokok pembahasan : Latihan Lempar Tangkap Bola Voli
 Siklus / pertemuan ke : kedua / 2
 Berikan penilaian dengan menuliskan (√) pada kolom yang tersedia.

No.	Aspek Yang Diamati	Penilaian	
		0	1
A.	Pendahuluan		
	1. Penyampaian TPK		√
	2. Memotivasi siswa		√
	3. Menghubungkan pelajaran sekarang dengan pelajaran terdahulu		√
B.	Kegiatan Inti		
	4. Mengatur siswa dalam kelompok-kelompok belajar		√
	5. Mengawasi setiap kelompok secara bergiliran		√
	6. Memberikan bantuan kepada kelompok yang mengalami kesulitan		√
	7. <i>Game</i> /kuis/resitasi/umpan balik		√
	8. Mengumumkan pengakuan dan peengarahan	√	
	9. Pengelolaan waktu		√
C.	Suasana Kelas		
	10. Berpusat pada guru		√
	11. Berpusat pada siswa	√	
	12. Guru antusias		√
Jumlah		2	10

Keterangan : 0 = jika tidak melakukan indikator di atas

1= jika melakukan indikator di atas

Pengamat

Fery Ardianto, S.Pd

Lampiran 21

LEMBAR PENGAMATAN AKTIVITAS SISWA

Tanggal : 29 April 2014
 Pukul : 07.30 – 09.00 WIB
 Sub pokok pembahasan : Tes Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli
 Siklus / pertemuan ke : Kedua / 3
 Berikan penilaian dengan menuliskan (√) pada kolom yang tersedia.

No.	Aspek Yang Diamati	Penilaian	
1.	Pelaksanaan	0	1
	A. Pendahuluan		
	1. Siswa hadir di lapangan tepat waktu		√
	2. Siswa merespon pembelajaran dengan pengetahuan mereka		√
	3. Siswa memperhatikan penjelasan guru		√
	4. Siswa melakukan pemanasan dengan sungguh-sungguh	√	
	B. Kegiatan Inti		
	5. Siswa memperhatikan penjelasan dan gerakan yang diperagakan oleh guru		√
	6. Siswa berkumpul di kelompok masing-masing		√
	7. Siswa tertib di kelompok masing-masing	√	
	8. Siswa melakukan <i>passing</i> bawah di kelompoknya masing-masing		√
	9. Siswa bertanya		√
	C. Penutup		
	10. Siswa melakukan pertandingan dengan serius		√
	11. Siswa bertanya tentang pelajaran yang belum di mengerti		√
	12. Siswa antusias		√
	Jumlah	2	10

Keterangan : 0 = jika tidak melakukan indikator di atas

1 = jika melakukan indikator di atas

Pengamat

Dendi Hanata

Lampiran 22

LEMBAR PENGAMATAN AKTIVITAS GURU

Tanggal : 29 April 2014
 Pukul : 07.30 – 09.00 WIB
 Sub pokok pembahasan : Tes Keterampilan *Passing* Bawah Bola Voli
 Siklus / pertemuan ke : kedua / 3
 Berikan penilaian dengan menuliskan (√) pada kolom yang tersedia.

No.	Aspek Yang Diamati	Penilaian	
		0	1
A.	Pendahuluan		
	1. Penyampaian TPK		√
	2. Memotivasi siswa		√
	3. Menghubungkan pelajaran sekarang dengan pelajaran terdahulu		√
B.	Kegiatan Inti		
	4. Mengatur siswa dalam kelompok-kelompok belajar		√
	5. Mengawasi setiap kelompok secara bergiliran		√
	6. Memberikan bantuan kepada kelompok yang mengalami kesulitan		√
	7. <i>Game</i> /kuis/resitasi/umpan balik		√
	8. Mengumumkan pengakuan dan peengarahan		√
	9. Pengelolaan waktu		√
C.	Suasana Kelas		
	10. Berpusat pada guru		√
	11. Berpusat pada siswa	√	
	12. Guru antusias		√
Jumlah		1	11

Keterangan : 0 = jika tidak melakukan indikator di atas

1 = jika melakukan indikator di atas

Pengamat

Fery Ardianto, S.Pd

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)
SIKLUS I

Nama Sekolah : **SMK Negeri 2 Kota Bengkulu**
Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester : X TO 4 / 2
Materi Pokok : Bola voli
Pertemuan : 3
Alokasi Waktu : 3 x 2 x 45 menit

Standar Kompetensi:

1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

Kompetensi Dasar:

- 1.1. Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerja sama, kejujuran, menghargai, semangat dan percaya diri.

A.Indikator:

1. Aspek kognitif (produk)

- Mengetahui teknik-teknik gerakan *passing* bawah dalam permainan bola voli

2. Aspek kognitif (proses)

- Membandingkan keuntungan dan kerugian teknik *passing* bawah yang menerapkan dan yang tidak menerapkan latihan lempar tangkap bola voli

3. Aspek Afektif

- Menunjukkan sifat kerja sama, toleransi, memecahkan masalah, menghargai kebenaran dan keberanian

4. Aspek Psikomotor

- Mampu melakukan gerakan teknik *passing* bawah dengan benar

- Mampu mendemonstrasikan gerakan *passing* bawah menggunakan latihan lempar tangkap bola voli

B. Tujuan Pembelajaran

1. Aspek kognitif

- Siswa dapat menyebutkan minimal 4 macam teknik dasar permainan bola voli
- Membandingkan keuntungan dan kerugian teknik *passing* bawah yang menerapkan dan yang tidak menerapkan latihan lempar tangkap bola voli

2. Aspek psikomotor

- Siswa dapat melakukan gerakan *passing* bawah dengan kuda-kuda yang benar
- Siswa dapat melakukan gerakan *passing* bawah dengan teknik latihan lempar tangkap bola voli dengan benar

3. Aspek afektif

- Siswa dapat bermain bola voli dengan menerapkan latihan lempar tangkap untuk mengukur nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian dan menghargai teman

C. Langkah-langkah kegiatan pembelajaran

Pertemuan Pertama

1. Kegiatan pendahuluan (15 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi dan pemanasan
- Memberikan motivasi dan
- Menjelaskan tujuan pembelajaran

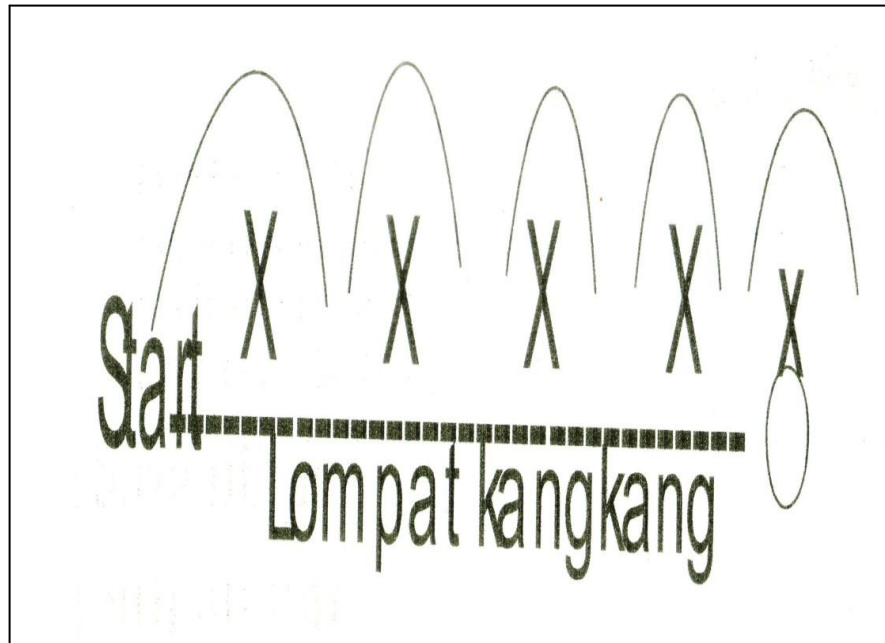
2. Kegiatan inti (60)

▪ Eksplorasi

Dalam kegiatan eksplorasi, guru:

- Melibatkan peserta didik mencari informasi yang luas dalam tentang topik/tema materi yang akan dipelajari dengan belajar dari aneka sumber

- Teknik dasar (*passing* bawah, siswa dibagi menjadi empat kelompok dengan formasi berbanjar). Dengan rincian kegiatan sebagai berikut :



- Di setiap kelompoknya, siswa yang berdiri di posisi satu sampai tujuh harus berdiri dengan kaki di kangkangan
- Siswa di posisi delapan atau yang paling belakang, harus melempar bola melewati kaki temannya
- Setelah bola yang dilemparkan melewati ke tujuh temannya, kemudian ke tujuh siswa tersebut harus membungkukkan badannya
- Siswa yang melemparkan bola tadi harus lompat kangkang ke depan siswa di posisi Satu
- Latihan melempar bola melewati bawah kaki teman kemudian lompat kangkang dilakukan secara bergantian dengan tujuan siswa belajar memposisikan tangan pada saat *passing* bawah dan tepat sasaran.

▪ **Elaborasi**

Dalam kegiatan elaborasi, guru:

- Membiasakan peserta didik membaca dan menulis yang beragam melalui tugas-tugas tertentu yang bermakna
- Memfasilitasi peserta didik melalui pemberian tugas, diskusi dan lain-lain untuk memunculkan gagasan baru baik secara lisan maupun tertulis
- Memberi kesempatan untuk berpikir, menganalisis, menyelesaikan masalah, dan bertindak tanpa rasa takut
- Mempasilitasi peserta didik dalam pembelajaran kooperatif dan kolaboratif
- Mempasilitasi peserta didik berkompetesi secara sehat untuk meningkatkan prestasi belajar
- Memfasilitasi peserta didik membuat laporan eksplorasi yang dilakukan baik lisan maupun tertulis, secara individual maupun kelompok
- Memfasilitasi peserta didik untuk menyajikan hasil kerja individual maupun kelompok
- Strategi pelaksanaan dengan menggunakan model tugas/penugasan
 - a. Guru membagikan bahan ajar, yang berisi diskripsi tugas dan indikator tugas gerak
 - b. Siswa mempelajari tugas ajar dan indikator keberhasilannya
 - c. Siswa memperkirakan waktu yang di perlukan untuk mencapai ketuntasan tugas ajar
 - d. Siswa melaksanakan tugas ajar sesuai dengan target waktu yang telah di tentukan sendiri
 - e. Bagi siswa yang belum mampu mencapai target belajar sesuai dengan alokasi waktunya, maka mereka diberi kesempatan untuk memperbaiki

f. Bagi siswa yang telah berhasil mencapai target sesuai dengan waktu atau lebih cepat, maka mereka diberi kesempatan untuk mencoba permainan bola voli dengan latihan lempar tangkap

- Bermain dengan bola voli dengan menerapkan latihan lempar tangkap menggunakan teknik dasar *passing* bawah
- Memfasilitasi peserta didik melakukan kegiatan yang menumbuhkan kebanggaan dan rasa percaya diri peserta didik

▪ **Konfirmasi**

Dalam kegiatan konfirmasi, guru;

- Guru bertanggung jawab tentang hal-hal yang belum siswa ketahui
- Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan penguatan dan penyimpulan

3. Kegiatan penutup (15 menit)

Dalam kegiatan penutup, guru:

- Bersama-sama dengan peserta didik atau sendiri membuat rangkuman/simpulan pembelajaran
- Melakukan penilaian dan refleksi terhadap kegiatan yang sudah dilaksanakan secara konsisten dan terprogram
- Memberikan umpan balik terhadap proses dan hasil pembelajaran
- Merencanakan kegiatan tindak lanjut dalam bentuk pembelajaran remedi, program pengayaan, layanan konseling dan memberikan tugas, baik tugas individual maupun kelompok sesuai dengan hasil belajar peserta didik.

Pertemuan Kedua

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

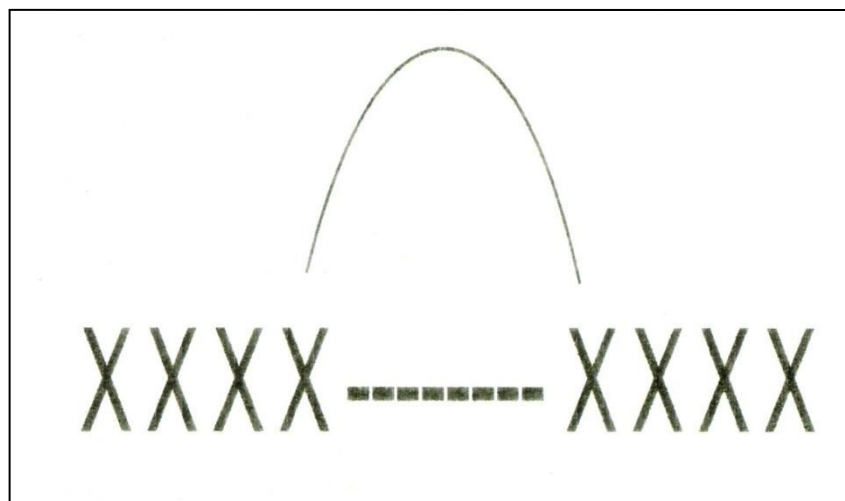
- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi, motivasi dan penjelasan materi
- Pemanasan secara umum
- Berlari mengelilingi lapangan bola voli

2. Kegiatan inti (60)

▪ Eksplorasi

Dalam kegiatan eksplorasi, guru :

- Melibatkan peserta didik mencari informasi yang luas dalam tentang topik/tema materi yang akan dipelajari dengan belajar dari aneka sumber;
- Teknik dasar (*passing* bawah, siswa dibagi menjadi empat kelompok dengan formasi berbanjar). Dengan rincian kegiatan sebagai berikut :



- Kelompok 1 berhadapan dengan kelompok 2 dan kelompok 3 berhadapan dengan kelompok 4
- Siswa yang paling depan melempar bola ke siswa dikelompok lain yang berada di paling depan juga kemudian menerima bola kembali

- Setelah melempar dan menerima bola, siswa tersebut berlari ke barisan paling belakang kelompoknya dan dilakukan secara bergantian
- Latihan lempar tangkap dengan posisi siap untuk menerima bola bertujuan agar siswa selalu siap pada saat *passing* bawah atau menerima bola

▪ **Elaborasi**

Dalam kegiatan elaborasi, guru;

- Membiasakan peserta didik membaca dan menulis yang beragam melalui tugas-tugas tertentu yang bermakna
- Memfasilitasi peserta didik melalui pemberian tugas, diskusi dan lain-lain untuk memunculkan gagasan baru baik secara lisan maupun tertulis
- Memberi kesempatan untuk berpikir, menganalisis, menyelesaikan masalah, dan bertindak tanpa rasa takut
- Mempasilitasi peserta didik dalam pembelajaran kooperatif dan kolaboratif
- Mempasilitasi peserta didik berkompetesi secara sehat untuk meningkatkan prestasi belajar
- Memfasilitasi peserta didik membuat laporan eksplorasi yang dilakukan baik lisan maupun tertulis, secara individual maupun kelompok
- Memfasilitasi peserta didik untuk menyajikan hasil kerja individual maupun kelompok
- Strategi pelaksanaan dengan menggunakan model tugas/penugasan
 - a. Guru membagikan bahan ajar, yang berisi diskripsi tugas dan indikator tugas gerak
 - b. Siswa mempelajari tugas ajar dan indikator keberhasilannya

- c. Siswa memperkirakan waktu yang di perlukan untuk mencapai ketuntasan tugas ajar
- d. Siswa melaksanakan tugas ajar sesuai dengan target waktu yang telah di tentukan sendiri
- e. Bagi siswa yang belum mampu mencapai target belajar sesuai dengan alokasi waktunya, maka mereka diberi kesempatan untuk memperbaiki
- f. Bagi siswa yang telah berhasil mencapai target sesuai dengan waktu atau lebih cepat, maka mereka diberi kesempatan untuk mencoba permainan bola voli dengan latihan lempar tangkap
- Bermain dengan bola voli dengan menerapkan latihan lempar tangkap menggunakan teknik dasar *passing* bawah
- Memfasilitasi peserta didik melakukan kegiatan yang menumbuhkan kebanggaan dan rasa percaya diri peserta didik
- **Konfirmasi**

Dalam kegiatan konfirmasi, guru:

 - Guru bertanggung jawab tentang hal-hal yang belum siswa ketahui
 - Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan penguatan dan penyimpulan

3. Kegiatan penutup (15 menit)

Dalam kegiatan penutup, guru:

- Bersama-sama dengan peserta didik atau sendiri membuat rangkuman/simpulan pembelajaran
- Melakukan penilaian dan refleksi terhadap kegiatan yang sudah dilaksanakan secara konsisten dan terprogram
- Memberikan umpan balik terhadap proses dan hasil pembelajaran
- Merencanakan kegiatan tindak lanjut dalam bentuk pembelajaran remedi, program pengayaan, layanan konseling dan memberikan tugas, baik tugas individual maupun kelompok sesuai dengan hasil belajar peserta didik.

Pertemuan Ketiga

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi, motivasi dan penjelasan tujuan tes keterampilan *passing* bawah bola voli
- Pemanasan secara umum
- Berlari mengelilingi lapangan bola voli

2.Kegiatan Inti (60 menit)

Uji kompetensi permainan bola voli yang terdiri dari :

- Tes melakukan keterampilan *passing* bawah bola voli ke dinding/tembok selama 60 detik

3.Kegiatan Penutup (15 menit)

- Pendinginan (*colling down*)
- Evaluasi, diskusi dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari
- Berbaris dan berdoa

D. Alat dan Sumber Belajar :

1. Alat : lapangan bola voli, stopwatch, peluit, net, bola, dll
2. Sumber belajar :
 - a) Amung Ma'mun dan Toto Subroto (2001) pendekatan keterampilan taktis dalam pembelajaran bola voli, Jakarta
 - b) Pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan untuk SMA, Erlangga, Jakarta, 2006

Penilaian :

Indikator pencapaian Kopetensi	Penilaian		
	teknik	Bentuk intrumen	Contoh Intrumen
Aspek Psikomotor <ul style="list-style-type: none"> Teknik dasar keterampilan <i>Passing</i> bawah 	Tes praktik (Kinerja)	Tes Contoh Kinerja	<ul style="list-style-type: none"> Lakukan teknik dasar <i>passing</i> bawah Apa yang membedakan antara latihan <i>passing</i> bawah yang menerapkan dan yang tidak menerapkan latihan lempar tangkap
Aspek Kognitif <ul style="list-style-type: none"> Mengetahui bentuk-bentuk <i>passing</i> bawah 		Pilihan ganda/uraian singkat	
Aspek Afektif <ul style="list-style-type: none"> Kerja sama, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman dan keberanian 	observasi	Lembar observasi	<ul style="list-style-type: none"> Lakukan bermain bola voli dengan menerapkan latihan lempar tangkap

1. Teknik penilaian
 - Tes ujung kerja (psikomotor) :

Lakukan teknik dasar *passing* bawah

Ket :

Penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta ujian,
dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

$$\text{Nilai} = \frac{\text{jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 50$$

- Pengamatan sikap (afeksi)

Mainkan permainan bola voli dengan latihan lempar tangkap bola voli. Taati aturan permainan, kerjasama dengan teman satu tim dan tunjukkan perilaku sportif, keberanian, percaya diri dan menghargai teman

Ket :

Berikan tanda cek (✓) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta ujian menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang di cek (✓) mendapatkan nilai 1

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 30$$

- Kuis/ embedded test (kognisi) :

Jawab secara lisan atau peragakan dengan baik,
pertanyaan mengenai konsep gerak dalam permainan bola voli

Ket :

Penilaian terhadap kualitas jawaban beserta jawaban peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 20$$

Nilai akhir yang diperoleh siswa =

Nilai tes unjuk kerja + nilai observasi + nilai kuis
--

2. Rubrik penilaian

Aspek Yang Dinilai	Kualitas Gerak			
	1	2	3	4
<p>Melakukan teknik dasar <i>passing</i> bawah</p> <p>1. Sikap tubuh pada saat menerima bola dengan <i>passing</i> bawah?</p> <p>2. Bentuk gerakan tangan saat <i>passing</i> bawah?</p> <p>3. Bagaimana gerakan lanjutan setelah menerima bola pada saat <i>passing</i> bawah?</p>				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL : 16				

RUBLIK PENILAIAN

PRILAKU DALAM PERMAINAN BOLA VOLI

PRILAKU YANG DIHARAPKAN	CEK (✓)
1. Bekerja sama dengan teman satu tim	
2. Keberanian dalam melakukan gerakan (tidak ragu-ragu)	
3. Menaati peraturan	
4. Menghormati wasit (sportif)	
5. Menunjukkan sikap bersungguh-sungguh dalam bermain	
JUMLAH	
JUMLAH SKOR MAKSIMAL : 5	

RUBLIK PENILAIAN

PEMAHAMAN KONSEP GERAK DALAM PERMAINAN BOLA VOLI

Pertanyaan yang diajukan	Kualitas jawaban			
	1	2	3	4
1. Bagaimana posisi kedua tangan pada saat melakukan gerakan <i>passing</i> bawah? 2. Bagaimana gerakan lanjutan setelah menerima bola pada saat <i>passing</i> bawah?				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL : 8				

Keterangan :

- Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
- Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60

Mengetahui

Bengkulu, Maret 2014

Guru Mata Pelajaran

Peneliti

Fery Ardianto, S.Pd.
NIP. 198302282009031004

Edwin Vinanda
NPM. A1H010084

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)
SIKLUS II

Nama Sekolah	:	SMK Negeri 2 Kota Bengkulu
Mata Pelajaran	:	Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	:	X TO 4 / 2
Materi Pokok	:	Bola voli
Pertemuan	:	3
Alokasi Waktu	:	3 x 2 x 45 menit

Standar Kompetensi:

1. Mempraktikkan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

Kompetensi Dasar:

- 1.1. Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerja sama, kejujuran, menghargai, semangat dan percaya diri.

A.Indikator:

1. Aspek kognitif (produk)

- Mengetahui teknik-teknik gerakan *passing* bawah dalam permainan bola voli

2. Aspek kognitif (proses)

- Membandingkan keuntungan dan kerugian teknik *passing* bawah yang menerapkan dan yang tidak menerapkan latihan lempar tangkap bola voli

3. Aspek Afektif

- Menunjukkan sifat kerja sama, toleransi, memecahkan masalah, menghargai kebenaran dan keberanian

4. Aspek Psikomotor

- Mampu melakukan gerakan teknik *passing* bawah dengan benar

- Mampu mendemonstrasikan gerakan *passing* bawah menggunakan latihan lempar tangkap bola voli

B. Tujuan Pembelajaran

1. Aspek kognitif

- Siswa dapat menyebutkan minimal 4 macam teknik dasar permainan bola voli
- Membandingkan keuntungan dan kerugian teknik *passing* bawah yang menerapkan dan yang tidak menerapkan latihan lempar tangkap bola voli

2. Aspek psikomotor

- Siswa dapat melakukan gerakan *passing* bawah dengan kuda-kuda yang benar
- Siswa dapat melakukan gerakan *passing* bawah dengan teknik latihan lempar tangkap bola voli dengan benar

3. Aspek afektif

- Siswa dapat bermain bola voli dengan menerapkan latihan lempar tangkap untuk mengukur nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, keberanian dan menghargai teman

D. Langkah-langkah kegiatan pembelajaran

Pertemuan Petama

1. Kegiatan pendahuluan (15 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi dan pemanasan
- Memberikan motivasi dan
- Menjelaskan tujuan pembelajaran

2. Kegiatan inti (60)

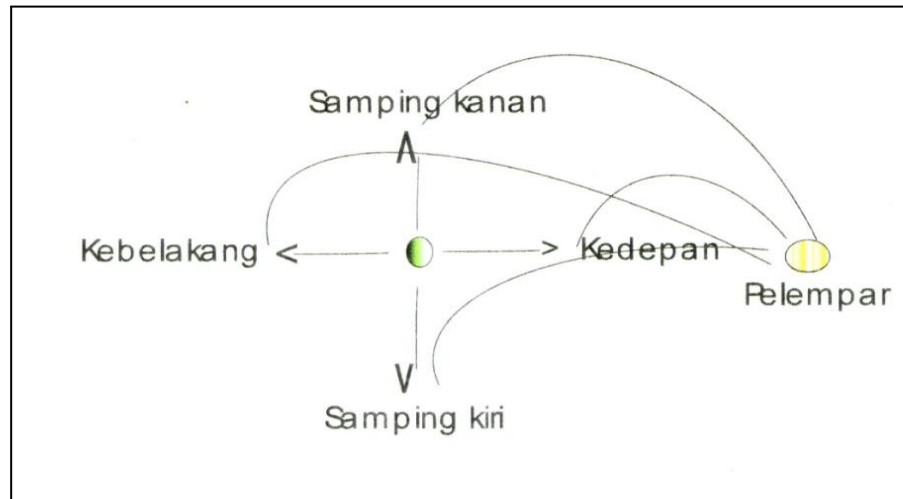
▪ Eksplorasi

Dalam kegiatan eksplorasi, guru:

- Melibatkan peserta didik mencari informasi yang luas dalam tentang topik/tema materi yang akan dipelajari dengan belajar dari aneka sumber

- Teknik dasar (*passing* bawah, siswa dibagi menjadi empat kelompok dengan formasi berbanjar).

Dengan rincian kegiatan sebagai berikut :



- Setiap kelompok ada yang bertugas melempar dan menangkap.
- Siswa yang bertugas melempar diberi kebebasan untuk melempar bola, sedangkan siswa yang menangkap harus bergerak ke depan dan belakang atau ke kanan dan kiri.
- Latihan lempar tangkap dengan bergeser ke kanan-kiri dan depan-belakang dilakukan secara bergantian dengan tujuan siswa terbiasa bergerak ke depan dan belakang atau ke kanan dan kiri.

▪ **Elaborasi**

Dalam kegiatan elaborasi, guru:

- Membiasakan peserta didik membaca dan menulis yang beragam melalui tugas-tugas tertentu yang bermakna
- Memfasilitasi peserta didik melalui pemberian tugas, diskusi dan lain-lain untuk memunculkan gagasan baru baik secara lisan maupun tertulis

- Memberi kesempatan untuk berpikir, menganalisis, menyelesaikan masalah, dan bertinadak tanpa rasa takut
- Mempasilitasi peserta didik dalam pembelajaran kooperatif dan kolaboratif
- Mempasilitasi peserta didik berkompetesi secara sehat untuk meningkatkan prestasi belajar
- Memfasilitasi peserta didik membuat laporan eksplorasi yang dilakukan baik lisan maupun tertulis, secara individual maupun kelompok
- Memfasilitasi peserta didik untuk menyajikan hasil kerja individual maupun kelompok
- Strategi pelaksanaan dengan menggunakan model tugas/penugasan :
 - a. Guru membagikan bahan ajar, yang berisi diskripsi tugas dan indikator tugas gerak
 - b. Siswa mempelajari tugas ajar dan indikator keberhasilannya
 - c. Siswa memperkirakan waktu yang di perlukan untuk mencapai ketuntasan tugas ajar
 - d. Siswa melaksanakan tugas ajar sesuai dengan target waktu yang telah di tentukan sendiri
 - e. Bagi siswa yang belum mampu mencapai target belajar sesuai dengan alokasi waktunya, maka mereka diberi kesempatan untuk memperbaiki
 - f. Bagi siswa yang telah berhasil mencapai target sesuai dengan waktu atau lebih cepat, maka mereka diberi kesempatan untuk mencoba permainan bola voli dengan latihan lempar tangkap
- Bermain dengan bola voli dengan menerapkan latihan lempar tangkap menggunakan teknik dasar *passing* bawah

- Memfasilitasi peserta didik melakukan kegiatan yang menumbuhkan kebanggaan dan rasa percaya diri peserta didik

- **Konfirmasi**

Dalam kegiatan konfirmasi, guru;

- Guru bertanggung jawab tentang hal-hal yang belum siswa ketahui
- Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan penguatan dan penyimpulan

3. Kegiatan penutup (15 menit)

Dalam kegiatan penutup, guru:

- Bersama-sama dengan peserta didik atau sendiri membuat rangkuman/simpulan pembelajaran
- Melakukan penilaian dan refleksi terhadap kegiatan yang sudah dilaksanakan secara konsisten dan terprogram
- Memberikan umpan balik terhadap proses dan hasil pembelajaran
- Merencanakan kegiatan tindak lanjut dalam bentuk pembelajaran remedi, program pengayaan, layanan konseling dan memberikan tugas, baik tugas individual maupun kelompok sesuai dengan hasil belajar peserta didik.

Pertemuan Kedua

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi, motivasi dan penjelasan materi
- Pemanasan secara umum
- Berlari mengelilingi lapangan bola voli

2. Kegiatan inti (60)

▪ Eksplorasi

Dalam kegiatan eksplorasi, guru :

- Melibatkan peserta didik mencari informasi yang luas dalam tentang topik/tema materi yang akan dipelajari dengan belajar dari aneka sumber
- Teknik dasar (*passing* bawah, siswa dibagi menjadi enam kelompok dengan formasi berbanjar). Dengan rincian kegiatan sebagai berikut :



- Pada latihan ini, siswa diperbolehkan bermain bola voli dengan peraturan yang berbeda dari permainan bola voli sesungguhnya.
- Siswa harus bermain bola voli dengan tiga kali sentuhan
- Siswa hanya boleh melakukan gerakan *passing* bawah.
- Latihan bermain bola voli khusus *passing* bawah tiga kali sentuhan, dilakukan secara bergantian dengan kelompok yang lain dan bertujuan untuk melatih kekompakkan siswa pada saat bermain bola voli.

▪ **Elaborasi**

Dalam kegiatan elaborasi, guru;

- Membiasakan peserta didik membaca dan menulis yang beragam melalui tugas-tugas tertentu yang bermakna
- Memfasilitasi peserta didik melalui pemberian tugas, diskusi dan lain-lain untuk memunculkan gagasan baru baik secara lisan maupun tertulis
- Memberi kesempatan untuk berpikir, menganalisis, menyelesaikan masalah, dan bertindak tanpa rasa takut
- Mempasilitasi peserta didik dalam pembelajaran kooperatif dan kolaboratif
- Mempasilitasi peserta didik berkompetesi secara sehat untuk meningkatkan prestasi belajar
- Memfasilitasi peserta didik membuat laporan eksplorasi yang dilakukan baik lisan maupun tertulis, secara individual maupun kelompok
- Memfasilitasi peserta didik untuk menyajikan hasil kerja individual maupun kelompok
- Strategi pelaksanaan dengan menggunakan model tugas/penugasan
 - a. Guru membagikan bahan ajar, yang berisi diskripsi tugas dan indikator tugas gerak
 - b. Siswa mempelajari tugas ajar dan indikator keberhasilannya
 - c. Siswa memperkirakan waktu yang di perlukan untuk mencapai ketuntasan tugas ajar
 - d. Siswa melaksanakan tugas ajar sesuai dengan target waktu yang telah di tentukan sendiri

- e. Bagi siswa yang belum mampu mencapai target belajar sesuai dengan alokasi waktunya, maka mereka diberi kesempatan untuk memperbaiki
- f. Bagi siswa yang telah berhasil mencapai target sesuai dengan waktu atau lebih cepat, maka mereka diberi kesempatan untuk mencoba permainan bola voli dengan latihan lempar tangkap
- Bermain dengan bola voli dengan menerapkan latihan lempar tangkap menggunakan teknik dasar *passing* bawah
- Memfasilitasi peserta didik melakukan kegiatan yang menumbuhkan kebanggaan dan rasa percaya diri peserta didik

▪ **Konfirmasi**

Dalam kegiatan konfirmasi, guru:

- Guru bertanggung jawab tentang hal-hal yang belum siswa ketahui
- Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan penguatan dan penyimpulan

3. Kegiatan penutup (15 menit)

Dalam kegiatan penutup, guru:

- Bersama-sama dengan peserta didik atau sendiri membuat rangkuman/simpulan pembelajaran
- Melakukan penilaian dan refleksi terhadap kegiatan yang sudah dilaksanakan secara konsisten dan terprogram

- Memberikan umpan balik terhadap proses dan hasil pembelajaran
- Merencanakan kegiatan tindak lanjut dalam bentuk pembelajaran remedi, program pengayaan, layanan konseling dan memberikan tugas, baik tugas individual maupun kelompok sesuai dengan hasil belajar peserta didik.

Pertemuan Ketiga

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi, apersepsi, motivasi dan penjelasan tujuan tes keterampilan *passing* bawah bola voli
- Pemanasan secara umum
- Berlari mengelilingi lapangan bola voli

2. Kegiatan Inti (60 menit)

Uji kompetensi permainan bola voli yang terdiri dari :

- Tes melakukan keterampilan *passing* bawah bola voli ke dinding/tembok selama 60 detik

3. Kegiatan Penutup (15 menit)

- Pendinginan (*colling down*)
- Evaluasi, diskusi dan tanya-jawab proses pembelajaran yang telah dipelajari
- Berbaris dan berdoa

D. Alat dan Sumber Belajar :

1. Alat : lapangan bola voli, stopwatch, peluit, net, bola, dll
2. Sumber belajar :
 - a) Amung Ma'mun dan Toto Subroto (2001) pendekatan keterampilan taktis dalam pembelajaran bola voli, Jakarta

Indikator pencapaian kompetensi	Penilaian		
	Teknik	Bentuk instrumen	Contoh Instrumen
Aspek Psikomotor <ul style="list-style-type: none"> Teknik dasar keterampilan <i>Passing</i> bawah 	Tes praktik (Kinerja)	Tes Contoh Kinerja	<ul style="list-style-type: none"> Lakukan teknik dasar <i>passing</i> bawah Apa yang membedakan antara latihan <i>passing</i> bawah yang menerapkan dan yang tidak menerapkan latihan lempar tangkap Lakukan bermain bola voli dengan menerapkan latihan lempar tangkap
Aspek Kognitif <ul style="list-style-type: none"> Mengetahui bentuk-bentuk <i>passing</i> bawah 	Tes tertulis	Pilihan ganda/uraian singkat	
Aspek Afektif <ul style="list-style-type: none"> Kerja sama, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman dan keberanian 	observasi	Lembar observasi	

- Tes ujung kerja (psikomotor) :

Ket :

dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

Nilai = ----- x 50

- Pengamatan sikap (afeksi)

Mainkan permainan bola voli dengan latihan lempar tangkap bola voli. Taati aturan permainan, kerjasama dengan teman satu tim dan tunjukkan perilaku sportif, keberanian, percaya diri dan menghargai teman.

Ket :

Berikan tanda cek ($\sqrt{}$) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta ujian menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang di cek ($\sqrt{}$) mendapatkan nilai 1

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 30$$

- Kuis/ embedded test (kognisi) :

Jawab secara lisan atau peragaan dengan baik, pertanyaan mengenai konsep gerak dalam permainan bola voli

Ket :

Penilaian terhadap kualitas jawaban beserta jawaban peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 20$$

Nilai akhir yang diperoleh siswa =

Nilai tes unjuk kerja + nilai observasi + nilai kuis
--

4. Rubrik penilaian

Aspek Yang Dinilai	Kualitas Gerak			
	1	2	3	4
Melakukan teknik dasar <i>passing</i> bawah 1. Sikap tubuh pada saat menerima bola dengan <i>passing</i> bawah? 2. Bentuk gerakan tangan saat <i>passing</i> bawah? 3. Bagaimana gerakan lanjutan setelah menerima bola pada saat <i>passing</i> bawah?				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL : 16				

RUBLIK PENILAIAN

PRILAKU DALAM PERMAINAN BOLA VOLI

PRILAKU YANG DIHARAPKAN	CEK (√)
1. Bekerja sama dengan teman satu tim	
2. Keberanian dalam melakukan gerakan (tidak ragu-ragu)	
3. Menaati peraturan	
4. Menghormati wasit (sportif)	
5. Menunjukkan sikap bersungguh-sungguh dalam bermain	
JUMLAH	
JUMLAH SKOR MAKSIMAL : 5	

RUBLIK PENILAIAN

PEMAHAMAN KONSEP GERAK DALAM PERMAINAN BOLA VOLI

Pertanyaan yang diajukan	Kualitas jawaban			
	1	2	3	4
1. Bagaimana posisi kedua tangan pada saat melakukan gerakan <i>passing</i> bawah? 2. Bagaimana gerakan lanjutan setelah menerima bola pada saat <i>passing</i> bawah?				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL : 8				

Keterangan :

- Mendapat nilai Sangat Baik, jika skor antara = 91 – 100%
- Mendapat nilai Baik, jika skor antara = 80 – 90%
- Mendapat nilai Cukup, jika skor antara = 70 – 79%
- Mendapat nilai Kurang, jika skor antara = 60 – 69%
- Mendapat nilai Kurang Sekali, jika skor antara = Kurang dari 60

Mengetahui

Bengkulu, April 2014**Guru Mata Pelajaran**

Peneliti

Fery Ardianto, S.Pd
NIP. 198302282009031004

Edwin Vinanda
NPM. A1H010084

GAMBAR KEGIATAN PENELITIAN

Gambar Pra-Siklus





Gambar Siklus Pertama





Gambar Siklus Kedua







SURAT PERNYATAAN TEMAN SEJAWAT

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : Fery Ardianto, S.Pd
Pekerjaan : Guru Penjaskes SMK Negeri 2 Kota Bengkulu
Alamat : Sawah Lebar, Bengkulu.

Dengan ini menyatakan bersedia menjadi pendamping teman sejawat sekaligus sebagai penilai penelitian tindakan kelas dari penelitian :

Nama : Edwin Vinanda
NPM : A1H010084
Program Studi : PENJASKES

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, Mei 2014

Yang Memberikan Pernyataan,

Fery Ardianto, S.Pd

SURAT PERNYATAAN TEMAN SEJAWAT

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : Dendi Hanata
Pekerjaan : Mahasiswa SI Penjaskes Universitas Bengkulu
Alamat : Unib Belakang Kandang Limun

Dengan ini menyatakan bersedia menjadi pendamping teman sejawat sekaligus sebagai penilai penelitian tindakan kelas dari penelitian :

Nama : Edwin Vinanda
NPM : A1H010084
Program Studi : PENJASKES

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, Mei 2014

Yang Memberikan Pernyataan,

Dendi Hanata



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS BENGKULU
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jalan WR. Supratman Kandang Limun Bengkulu 38371A
Telepon (0736) 21170.Psw.203-232, 21186 Faksimile : (0736) 21186
Laman: www.fkip.unib.ac.id e-mail: dekanat.fkip@unib.ac.id

Nomor : 1294/UN30.3/PL/2014
Lamp : 1 (satu) Expl Proposal
Perihal : Izin Penelitian

11 Maret 2014

Yth. Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kota Bengkulu
Di Bengkulu

Untuk kelancaran dalam penulisan Skripsi mahasiswa, bersama ini kami mohon bantuan Saudara untuk dapat memberikan izin melakukan penelitian / pengambilan data kepada:

Nama : **Edwin Vinanda**
NPM : **A1H010084**
Program Studi : **Pendidikan Jasmani dan Kesehatan**
Tempat penelitian : **SMK Negeri 2 Kota Bengkulu**
Waktu Penelitian : **12 Maret s.d 30 April 2014**

dengan judul : " Upaya Meningkatkan Keterampilan Passing Bawah
Melalui Latihan Lempar Tangkap Bola Voli
pada Siswa Kelas X TO 4 SMK Negeri 2 Kota Bengkulu".
proposal terlampir

Atas bantuan dan kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.

a.n. Dekan

Wakil Dekan Bidang Akademik


Prof. Dr. Bambang Sahono, M.Pd
NIP. 19591015 198503 1 016

Tembusan :

Yth. Dekan FKIP sebagai laporan



**PEMERINTAH KOTA BENGKULU
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN**

Jl. Mahoni Nomor 57 Bengkulu 38227
Telp. (0736) 21429, 21725 Fax. (0736) 345444

SURAT IZIN PENELITIAN

Nomor : 421.3/097/V.Dikbud

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kota Bengkulu,
Memperhatikan :

1. Surat : Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) Universitas Bengkulu Nomor : 1294 / UN30.3 / PL / 2014 tanggal 11 Maret 2014.
2. Surat Izin Penelitian : Edwin Vinanda
3. Judul : " Upaya Meningkatkan Keterampilan Passing Bawah Melalui Latihan Lempar Tangkap Bola Voli pada Siswa Kelas X TO 4 SMK Negeri 2 Kota Bengkulu".

Dengan ini menyatakan dapat memberi izin mengadakan penelitian kepada :

1. Nama : Edwin Vinanda
2. NPM : A1H010084
3. Program Studi : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Dengan ketentuan sebagai berikut :

1. a. Tempat penelitian SMK Negeri 2 Kota Bengkulu
b. Waktu penelitian 12 Maret s.d 30 April 2014
2. Penelitian tersebut khusus terbatas untuk kepentingan studi ilmiah;
3. Tidak diperbolehkan dipublikasikan sebelum mendapat izin tertulis dari Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kota Bengkulu;
4. Harus melapor kepada Kepala Sekolah sebelum melaksanakan penelitian;
5. Menyampaikan laporan hasil penelitian tersebut kepada Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kota Bengkulu dan Kepala SMK Negeri 2 Kota Bengkulu.

Demikian surat izin penelitian ini diberikan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, 13 Maret 2014

a.n. Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan
Kota Bengkulu
Kabid N.



Dra. Reshavetti, MM
Kabid N. Tk. I/ NIP. 196306051990032003

Tembusan Yth:

1. Walikota Bengkulu
2. Dekan FKIP Universitas Bengkulu



PEMERINTAH KOTA BENGKULU
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN NEGERI (SMKN) 2
 AKREDITASI B
 Jl. Batanghari No.2 Padang Harapan Kota Bengkulu Telp/Fax : 0736-21728 Kode Pos : 38225

SURAT IZIN PENELITIAN

Nomor : 421.5/4456 /SMKN.2/2014

Berdasarkan surat dari Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kota Bengkulu melalui Kabid Dikmen Dikbud Kota Bengkulu, Nomor : 421.3 /097/V.Dikbud, tanggal 13 Maret 2014, perihal Surat Izin Penelitian. Maka Kepala Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Negeri 2 Kota Bengkulu, memberikan izin kepada:

Nama : **EDWIN VINANDA**
 NPM : A1h010084
 Prodi : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan
 Fakultas : FKIP Universitas Bengkulu

Untuk melakukan Penelitian di SMK Negeri 2 Kota Bengkulu, yang akan dilaksanakan pada :

Waktu Penelitian : 12 Maret s/d 30 April 2014
 Judul Penelitian "Upaya Meningkatkan Keterampilan Passing Bawah Melalui Latihan Lempar Tangkap Bola Voli pada Siswa Kelas X TO 4 SMK Negeri 2 Kota Bengkulu".

Demikian surat izin ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan sebagai mana mestinya.

Bengkulu, 14 Maret 2014

Kepala Sekolah,



H. SYAMSIR, S.Pd

Bengkulu, 14 Maret 2014 19551215 198303 1 009 4



PEMERINTAH KOTA BENGKULU
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN NEGERI 2 (SMKN 2) BENGKULU
Jl. Batanghari No. 2 Padang Harapan Telp. (0736) 21728
BENGKULU

SURAT KETERANGAN PENELITIAN

Nomor : 421.5/ 4645 /SMKN 2/2014

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Negeri 2 Kota Bengkulu, menerangkan bahwa :

Nama : **EDWIN VINANDA**
NPM : A1H010084
Prodi : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan
Fakultas : FKIP UNIB

Benar mahasiswa Universitas Bengkulu (UNIB) tersebut di atas telah melaksanakan penelitian di SMK Negeri 2 Kota Bengkulu dari tanggal 12 Maret s/d 30 April 2014, dengan Judul " Upaya Meningkatkan Keterampilan Passing Bawah Melalui Latihan Lempar Tangkap Bola Voli pada Siswa Kelas X TO 4 SMK Negeri 2 Kota Bengkulu".

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan sebagai mana mestinya.

Bengkulu, 02 Mei 2014
Kepala Sekolah

H. SYAMSIR, S.Pd
Pembina/NIP.19551215 198303 1 009